

## Menüplan - September 2024

An **Feiertagen** kostet das Menü **10,00 €**

Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow und Krummendort) gilt eine Transportzulage von **+1,00 € / Gericht**

Tag	Gericht 1 7,50 €	Gericht 2 7,50 €	Nachtisch 0,80 €
So.1.9.	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" <sup>(a1)</sup> mit Champignons und Gewürzgurken <sup>(s)</sup> , Kartoffeln	Hühnerfrikassee <sup>(a1,g)</sup> mit Spargel, dazu Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(s)</sup>
Mo.2.9.	Schlemmerfilet <sup>(a1,g,d)</sup> mit Brokkoli überbacken Kräuterrahmsoße <sup>(a1,g,i)</sup> Kartoffeln	Eieromelett <sup>(c,g)</sup> Walddiilzsoße <sup>(a1,g,i)</sup> Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	rote Grütze mit Sahne <sup>(1,g)</sup>
Di.3.9.	Geflügel-Hackfleischpfanne mit Paprika und Lauch <sup>(a1,g,i)</sup> Salzkartoffeln	Schweineschnitzel <sup>(a1,c,g,s)</sup> "Mailänder Art" Tomatensoße <sup>(a1,i)</sup> Gabelspaghetti <sup>(a1,c)</sup>	Gebäck <sup>(d,u)</sup>
Mi.4.9.	Kartoffel-Porreeintopf <sup>(i)</sup> mit Rauchfleisch <sup>(s,2,3,9)</sup>	gebratene Rinderleber <sup>(a1)</sup> mit Apfel-ZwiebelsöÙe <sup>(a1,i)</sup> und Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(s)</sup>
Do.5.9.	Lachsragout <sup>(d)</sup> in Hummer-ZitronensoÙe <sup>(a1,d,g,i,1)</sup> mit Mais und Möhren dazu Reis	Hähnchenkeule in GeflügelsoÙe <sup>(a1,g,i)</sup> Karotten, Romanobohnen Kohlrabi und Kartoffeln	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Fr.6.9.	Schweinefleischpfanne in KäsesoÙe <sup>(a1,g,i)</sup> mit Kaisergemüse und Kartoffeln	Geflügelklößchen <sup>(a1,c,i)</sup> in Paprika, Lauch, MaissoÙe <sup>(a1,g,i)</sup> mit Kartoffeln	Kuchenriegel <sup>(a,u,v,s)</sup>
Sa.7.9.	Hähnchencurry <sup>(a1,f,h4)</sup> fruchtige Curry-PaprikasoÙe <sup>(a1,f,g,i)</sup> Vollkornreis	Steckrüben-Karotten-Eintopf <sup>(i)</sup> mit Putenschinken <sup>(2,3,8)</sup> und Kartoffeln	Gebäck <sup>(d,u)</sup>
So.8.9.	Schweinebraten <sup>(s,i)</sup> in Zwiebel-SenfsoÙe <sup>(a1,g,i,j)</sup> Erbsegemüse und Kartoffeln	Boeuf Bourguignon Rindfleisch in Rotweinsauce <sup>(a1,i,AL)</sup> mit Zwiebeln, Champignons und Kartoffeln	Joghurt <sup>(s)</sup>
Mo.9.9.	weiÙer und grüner Spargel asiatisch süÙ-sauer <sup>(a1,f,i,2)</sup> mit China-Gemüsemix und Reis	Bratwurst <sup>(s,2,9)</sup> mit Sauerkraut <sup>(s,2,3,9)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	"Panna cotta" <sup>(s)</sup>
Di.10.9.	Kabeljaufilet in Eihülle <sup>(a1,c,d)</sup> mit Dijon-SenfsoÙe <sup>(a1,g,i,j)</sup> Kartoffeln Gurkensalat	Hähnchenaufauf <sup>(a1,c,g,i)</sup> mit Nudeln <sup>(a1,c)</sup> , Blumenkohl und Brokkoli	Zitronenmousse <sup>(s)</sup>
Mi.11.9.	Erbseintopf <sup>(s,2,3,i,j)</sup> mit Bockwurst <sup>(s,2,3,9)</sup> und Kartoffelwürfeln	Sauerfleisch <sup>(s,i)</sup> Remoulade <sup>(2,8,c,g)</sup> und Bratkartoffeln <sup>(s,2,3)</sup> Gewürzgurken <sup>(s)</sup>	Joghurt <sup>(s)</sup>
Do.12.9.	schwedischer Heringssalat <sup>(d)</sup> mit klarem Kartoffelsalat <sup>(j)</sup> Gurkensalat	Rinderbolognese <sup>(a1,i)</sup> mit Spiralnudeln <sup>(a1)</sup> Rotkrautsalat	Schokopudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Fr.13.9.	Milchreis <sup>(g)</sup> mit Kirschen	Kohlroulade <sup>(s,a1)</sup> in klassischer SoÙe <sup>(a1,i)</sup> Kartoffeln	Quarkspeise <sup>(s)</sup>
Sa.14.9.	Kalbfleisch in RahmsoÙe <sup>(a1,g,i)</sup> mit Champignons und Kapern Eierspätzle <sup>(a1,c)</sup>	vegetarischer Linseneintopf <sup>(i)</sup> mit Gemüse und Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(s)</sup>
So.15.9.	Rinderroulade <sup>(j,2,3,9,s)</sup> mit herzhafter SoÙe <sup>(a1,j,i)</sup> Rotkohl und Kartoffeln	Schweinefleischgeschnetzeltes in cremiger Sauce <sup>(s,a1,g,i)</sup> Bohngemüse und Kartoffeln	Gebäck <sup>(d,s)</sup>

Tag	Gericht 1 7,50 €	Gericht 2 7,50 €	Nachtisch 0,80 €
Mo.16.9.	gebratenes Heringfilet <sup>(a1,d)</sup> mit süß-saurer Soße <sup>(a1,i)</sup> und Kartoffeln Möhrensalat	Kasslerbraten <sup>(s)</sup> in pikanter Soße <sup>(a1,i)</sup> mit Bavr. Kraut und Kartoffeln	Pudding Waldmeister <sup>(1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Di.17.9.	Rührei <sup>®</sup> mit Blattspinat <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(g)</sup> Kartoffelpüree	Geflügelbratwurst <sup>(i,j)</sup> mit grünen Bohnen <sup>(a1,5,2,3,g)</sup> Salzkartoffeln	Fruchtsaftgetränk
Mi.18.9.	Weißkohleintopf <sup>(i)</sup> mit Suppengrün, Rauchfleisch <sup>(5,2,3,9)</sup> und Kartoffeln	Schmorgurken <sup>(a1,i,j)</sup> mit Geflügelhackfleisch und Salzkartoffeln	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
Do.19.9.	Pfifferlinge in Rahm <sup>(a1,g,i)</sup> mit Thymian und Eierspätzle <sup>(a1,c)</sup>	Hausgemachtes Würzfleisch <sup>(5,g,i)</sup> mit Käse überbacken <sup>(a1,g)</sup> Kartoffeln und Gewürzgurke <sup>(8)</sup>	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr.20.9.	griechisches Gyros <sup>(s)</sup> mit Tsatsiki <sup>(g)</sup> und Reis, Weißkrautsalat	Schnitzel <sup>(5,2,3,9,a1,c)</sup> "Cordon bleu" mit dicken Bohnen <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Sa.21.9.	Boulette vom Lammfleisch <sup>(a1,c)</sup> mit Ratatouillegemüse und Kartoffeln	vegetrischer Kartoffeleintopf <sup>(i)</sup> mit Suppengrün <sup>(i)</sup> und Kartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
So.22.9.	Hähnchenbruststücke in Tomaten-Bacon <sup>(2,4,2,3)</sup> -Paprika-Sauce, Kartoffeln	gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Salzkartoffeln	Waffel <sup>(a1,c,g)</sup>
Mo.23.9.	Süßkartoffelcurry <sup>(i,f)</sup> mit Kräuterreis	gebratenes Schollenfilet <sup>(a1,d)</sup> mit geschmortem Speck <sup>(2,4,2,3)</sup> und Zwiebeln und Kartoffelpüree <sup>(s)</sup>	Erdbeerpudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Di.24.9.	Gebratener Fleischkäse <sup>(5,2,3,9)</sup> mit Rahmsoße <sup>(a1,g)</sup> Erbsen und Eierspätzle <sup>(a1,c)</sup>	Hähnchengeschnetzeltes in Spinat- Gorgonzolasoße <sup>(a2,5,1)</sup> mit Schupfnudeln <sup>(a1,c)</sup>	Ochsenaugen <sup>(a,d)</sup>
Mi.25.9.	Eintopf von grünen Bohnen <sup>(i)</sup> mit Rauchfleisch <sup>(5,2,3)</sup> und Kartoffeln	gefüllte Paprikaschote <sup>(s)</sup> Paprikasoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Spiralnudeln <sup>(a1)</sup>	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Do.26.9.	gekochte Eier <sup>®</sup> in Senfsoße <sup>(a1,i,j)</sup> Kartoffeln und Rote Bete <sup>(8)</sup>	Kalbsfrikadelle <sup>(a1)</sup> mit Champignonrahmsoße <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	Pudding Caramel <sup>(g)</sup>
Fr.27.9.	gebratener Seehecht <sup>(a1,d)</sup> bunte Gemüesoße <sup>(a1,g,i)</sup> Salzkartoffeln	Putenpfanne mit Senfgurken <sup>(i,8)</sup> in Rahm <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	Milchreis <sup>(g)</sup>
Sa.28.9.	Chili con carne mit Reis	Hühnersuppentopf <sup>(i)</sup> mit Suppengemüse und Nudeln <sup>(a1)</sup>	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
So.29.9.	Hirschragout <sup>(a1,i)</sup> in Portweinsoße <sup>(g,AL)</sup> mit Wacholder Kartoffelklöße <sup>(2,3,5)</sup>	Hähnchenbrust in geschmolzenen Tomatenwürfeln und Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Mo.30.9.	Eisbeinsülze <sup>(5,2,i)</sup> mit Remoulade <sup>(a1,c,j,8)</sup> mit Bratkartoffeln <sup>(5,2,3,9)</sup>	Putenpfanne mit Senfgurken <sup>(i,8)</sup> in Rahm <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	Vanillepudding mit Soße <sup>(g)</sup>

**Zusatzstoffe:** 1= mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff / konserviert; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = geschwefelt; 6 = geschwärzt; 7= gewachst; 8 = mit Süßungsmittel(n); 9 = mit Phosphat; S = mit Schweinefleisch; Z = zum Teil fein zerkleinert; V = Veg. Zubereitung; AL= kann reste von Alkohol enthalten

**Stoffe o. Erzeugnisse die Allergien o. Unverträglichkeiten auslösen können, gemäß LMIV Anhang II**

a = Gluten; a1 = Weizen; a2 = Roggen; a3 = Gerste; a4 = Hafer; a5 = Dinkel; b = Krebstiere/-erzeugnisse; c = Eier/-erzeugnisse; d = Fische/-erzeugnisse; e = Erdnüsse/-erzeugnisse; f = Sojabohnen/-erzeugnisse; g = Milch/-erzeugnisse (einschließlich Laktose); h = Schotenfrüchte/-erzeugnisse; h1 = Mandeln; h2 = Haselnüsse; h3 = Walnüsse; h4 = Cashewnüsse; h5 = Pecannüsse; h6 = Paranüsse; h7 = Pistazien; h8 = Macadamianüsse i = Sellerie/-erzeugnisse; j = Senf/-erzeugnisse; k = Sesam/-erzeugnisse; l = Schwefeldioxid/Sulfite; m = Lupinen/-erzeugnisse; n = Weichtiere/-erzeugnisse;

**Das Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit! Änderungen vorbehalten!**

**Änderungen zum Speiseplan unter Tel.: 0381/24279720, FAX: 0381/242799700, E-Mail: ear@drk-rostock.de:**

- Veränderungen immer 1 Tag im Voraus für Montag bis Freitag bis 14.00 Uhr / für Sa./So. und Feiertage bis 13.00 Uhr  
An Wochenenden und Feiertagen ist das Büro nicht besetzt

## Bestellformular September 24 – Rückgabe bitte bis 15. August 24

**Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.**

DRK Kreisverband Rostock e. V., Trelleborger Straße 11, 18107 Rostock

Tour:

Vorname, Name  
Straße, Hausnummer  
PLZ, Ort

Kundennummer:

Gericht 1 7,50 €	Gericht 2 7,50 €	Nachtisch 0,80 €	
			So.1.9.
			Mo.2.9.
			Di.3.9.
			Mi.4.9.
			Do.5.9.
			Fr.6.9.
			Sa.7.9.
			So.8.9.
			Mo.9.9.
			Di.10.9.
			Mi.11.9.
			Do.12.9.
			Fr.13.9.
			Sa.14.9.
			So.15.9.
			Mo.16.9.

Kundennummer:

**Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen**

<b>Gericht 1 7,50 €</b>	<b>Gericht 2 7,50 €</b>	<b>Nachtsch 0,80 €</b>	
			Di.17.9.
			Mi.18.9.
			Do.19.9.
			Fr.20.9.
			Sa.21.9.
			So.22.9.
			Mo.23.9.
			Di.24.9.
			Mi.25.9.
			Do.26.9.
			Fr.27.9.
			Sa.28.9.
			So.29.9.
			Mo.30.9.

**Postanschrift: DRK Kreisverband Rostock e.V. -Bürgerservice-, Trelleborger Str.11, 18107 Rostock**

**E-Mail: ear@drk-ro; EAR-Rostock**

**FAX: 0381/242799700**

**Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.**