

Kundennummer:

Name:

Tour:

## Menüplan- September 2022

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

- Veränderungen für Montag bis Freitag immer 1 Tag im Voraus bis max. 14.00 Uhr

- Veränderungen für Sa./So. und Feiertage immer 1 Arbeitstag davor bis max. 13.00 Uhr

**An Wochenenden und Feiertagen ist das Büro nicht besetzt, Änderungen können nicht bearbeitet werden.**

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 leichte Vollkost	Nachtsch
Do. 01.09.	Bratrippe <sup>(S)</sup> mit Senfrahmsoße <sup>(a1,g,i,j)</sup> Bayrisch Kraut <sup>(S,2,3)</sup> und Kartoffeln	bunte Salatmischung <sup>(g,i,j)</sup> mit Kochschinken <sup>(S,2,3)</sup> und Spargel	Rahmgulasch <sup>(a1,i)</sup> mit Kartoffelklößen <sup>(l)</sup> und Gewürzgurke <sup>(8)</sup>	Fruchtsaftgetränk
Fr. 02.09.	gepök. Schweinenacken <sup>(S,2)</sup> mit Zwiebelsoße <sup>(a1,g,i)</sup> Gemüse und Kartoffeln	Hefeklöße <sup>(a1)</sup> mit Pflaumensoße <sup>(V)</sup>	2 gekochte Eier <sup>(c)</sup> mit süß-saurer Soße <sup>(a1)</sup> , Kartoffelpüree <sup>(g)</sup> und Salat	Butterkeks <sup>(a1,g)</sup>
Sa. 03.09.	Hackfleisch <sup>(S)</sup> in Porreesoße <sup>(a1,g)</sup> mit Kartoffeln	* * *	Brühnudeln <sup>(a1,i)</sup> mit Gemüse <sup>(i)</sup> und Fleischeinlage <sup>(S)</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
So. 04.09.	Hähnchenschnitzel <sup>(a1,c,g)</sup> mit Gemüse <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	* * *	Truthahnrollbraten <sup>(a1,g,i)</sup> mit Gemüse und Kartoffeln	rote Grütze mit Sahne <sup>(1,g)</sup>
Mo. 05.09.	Kohlroulade <sup>(s,a1)</sup> mit Salzkartoffeln	Blumenkohl & Brokkoli <sup>(V)</sup> in "Holländischer Soße" <sup>(a1,c,g,i)</sup> mit Kartoffeln	Hühnerfrikassee <sup>(a1,g,i)</sup> mit Erbsen und Kräuterreis	Gebäck <sup>(a,g)</sup>
Di. 06.09.	Schnitzel "Cordon bleu" <sup>(S,a1,g,1,2,3)</sup> mit Gemüse und Kartoffeln	Salatmischung "Riga" mit Hähnchenbrust und Dressing <sup>(g,i,j)</sup>	Rahmgeschnetzeltes <sup>(a1,g)</sup> mit Champignons, Gurken <sup>(2,8)</sup> und Kartoffelrösti	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 07.09.	Linseneintopf <sup>(S,2,3,i)</sup> mit Wiener Würstchen <sup>(S,2,3)</sup> und Kartoffeln	gefüllte Eierkuchen <sup>(a1,c,g)</sup> mit Vanillesoße	Fischfilet <sup>(a1,c,d)</sup> überbacken Kräutersoße <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 08.09.	Blutgrützwurst <sup>(S,a)</sup> mit Sauerkraut und Kartoffeln	Salatmix "Rostocker Art" mit Käse <sup>(g)</sup> , Schinken <sup>(S,2,3)</sup> und Dressing <sup>(g,i,j)</sup>	Spaghetti <sup>(a1)</sup> "Bolognese" <sup>(S,a1,i)</sup>	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr. 09.09.	Pilzgulasch <sup>(S,a1,g,i,i)</sup> mit Kartoffelklößen	Grießsuppe <sup>(a1,g)</sup> mit Früchten	Seelachsfilet <sup>(d)</sup> mit Gemüsestreifen <sup>(a1,g,i)</sup> , Kartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Topfkuchen <sup>(a1,c)</sup>
Sa. 10.09.	Kasslersteak <sup>(S,5)</sup> mit Kohlrabigemüse <sup>(a,f,g)</sup> und Kartoffeln	* * *	Kartoffel-Möhren-Lauch-Eintopf <sup>(i,j)</sup> mit Kasslerwürfeln <sup>(S,2)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
So. 11.09.	Kirmesbraten <sup>(S,a1,g,i)</sup> mit Wachsbohnen und Kartoffeln	* * *	Geflügelbratwurst mit Möhrengemüse <sup>(a)</sup> und Kartoffeln	Pudding <sup>(g)</sup> "Panna cotta"
Mo. 12.09.	1 Krakauer Würstchen <sup>(S,3,4,5)</sup> mit Blumenkohl <sup>(a1,f,g)</sup> und Kartoffeln	Brokkoli-Nuss-Ecke <sup>(a,h,k)</sup> Reismudeln und Gemüse	Putengyros <sup>(a,i)</sup> mit Reismudeln und Gemüse	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
Di. 13.09.	paniert. Schweineschnitzel <sup>(S,a1)</sup> mit Letscho <sup>(a1,s,2)</sup> und Bratkartoffeln <sup>(s,2)</sup>	frischer "Madrid - Salat" mit Dressing <sup>(g,i,j)</sup> und gekochtem Ei <sup>(c)</sup>	Eieromelett <sup>(f)</sup> mit Champignonsoße <sup>(a,g)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(3,g)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 14.09.	Erbseneintopf <sup>(S,5,i)</sup> mit Bockwurst <sup>(S,5)</sup>	Königsberger Salatmix mit Dressing <sup>(g,i,j)</sup> und Thunfisch <sup>(d)</sup>	Schwäbische Maultaschen <sup>(a1,c,i)</sup> mit Pilzrahmsoße <sup>(a1,g,i,j)</sup>	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Do. 15.09.	Bauernroulade <sup>(S,a1,c,f)</sup> mit Perlzwiebeln in Senfsoße <sup>(a1,i,j)</sup> und Kartoffeln	Pilzpflanze mit Schupfnudeln <sup>(a1)</sup>	Geflügelhackbällchen <sup>(c)</sup> in Curry-Gemüesoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Naturreis	Erdbeerpudding mit Sahne <sup>(g)</sup>

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 leichte Vollkost	Nachtisch
Fr. 16.09.	Gebratene Geflügelleber in Zwiebel-Majoransoße <sup>(a)</sup> und Kartoffeln	Quarkkeulchen <sup>(a1,c,g)</sup> mit Vanillesahnesoße <sup>(g)</sup>	Schollenfilet <sup>(d)</sup> mit Gurkenrahmssoße <sup>(a,g)</sup> Kartoffeln und Salat	Gebäck <sup>(a,g)</sup>
Sa. 17.09.	Senfeier <sup>(a1,c,g,i,j)</sup> mit Salzkartoffeln und Rote Bete <sup>(8)</sup>	* * *	Blumenkohl - Wirsing- Eintopf mit Eierstich <sup>(c)</sup> und Kartoffeln	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
So. 18.09.	Zwiebelbraten <sup>(S,a,i)</sup> mit Gemüse und Kartoffeln	* * *	Hackbraten <sup>(S,a,f)</sup> mit Gemüse und Kartoffeln	Waldmeister <sup>(1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Mo. 19.09.	Mini - Bratwürstchen <sup>(S)</sup> mit Wachsbohnen <sup>(S,2,3a1,g)</sup> und Kartoffeln	Heidelbeer - Germknödel <sup>(a1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>	Spargelpfanne "asiatisch" <sup>(i)</sup> mit Orangenreis <sup>(v)</sup>	Fruchtsaftgetränk
Di. 20.09.	paniertes Fischfilet <sup>(a1,c)</sup> Kartoffel-Specksalat <sup>(S,2,3)</sup> und Blattsalat <sup>(g,i,j)</sup>	Blumenkohl-Käse- Medaillon <sup>(v,a,g)</sup> mit Käse-Spinatsoße <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	Rahmspinat <sup>(a1,g)</sup> mit Rührei <sup>(c)</sup> und Kartoffeln	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
Mi. 21.09.	Steckrübeneintopf <sup>(i)</sup> mit Rauchfleisch <sup>(S,2,3)</sup> und Kartoffeln	Salatmix "Rostocker Art" mit Käse <sup>(g)</sup> , Schinken <sup>(S,2,3)</sup> und Dressing <sup>(g,i,j)</sup>	Kochklops <sup>(S,a1,c)</sup> mit Kapernsoße <sup>(a1,g,i)</sup> , Kartoffeln und Rote Bete <sup>(8)</sup>	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 22.09.	Hackfleisch- Bohnenpfanne <sup>(S,a1)</sup> mit Kartoffelpüree <sup>(g)</sup> und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Milchreis <sup>(g)</sup> mit Früchten Zimt & Zucker	Seelachsfilet <sup>(d)</sup> mit Gemüse- Meerrettichsoße <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr. 23.09.	Hähnchenschenkel mit Geflügelsoße <sup>(a1,g)</sup> Bayrisch Kraut <sup>(S,2,3)</sup> und Semmelknödel <sup>(a1,c)</sup>	Kräuterquark <sup>(v,g)</sup> mit Salzkartoffeln und Salat	Kräuterspaghetti <sup>(a1)</sup> mit Schinken - Käsesoße <sup>(S,2,3,a1,g)</sup>	Kaffeekranz <sup>(a1,a3,c,f,g)</sup>
Sa. 24.09.	Schweineschnitzel <sup>(S,a1,f)</sup> mit Champignonrahm und Kartoffeln	* * *	Kartoffelsuppe mit Gemüse <sup>(i)</sup> und Wiener Würstchen <sup>(S,2,3)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
So. 25.09.	gefüllte Paprikaschote <sup>(S,c)</sup> Paprikasoße <sup>(a1,i)</sup> und Kartoffeln	* * *	Putengeschnetzeltes <sup>(a1,i)</sup> "Jäger Art" mit Pilzen und Kartoffeln	Vanillepudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Mo. 26.09.	Rostocker Bratwurst <sup>(S)</sup> mit Sauerkraut <sup>(2,2;3)</sup> und Kartoffeln	gefüllte Käsenudeln <sup>(a1,g,i)</sup> in Basilikum - Tomatensoße <sup>(a1,i)</sup>	Geflügelhackbällchen <sup>(c)</sup> in Curry-Gemüsesoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Naturreis	<sup>(a1,a3,c,f,g)</sup> Spritzgebäck
Di. 27.09.	pikanter Wurstgulasch <sup>(S,2,3,a1,j)</sup> mit Paprika und Nudeln <sup>(a1)</sup>	Kartoffelpuffer <sup>(a1,c)</sup> mit Apfelmus	gekochte Eier <sup>(c)</sup> in Kräutersoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Möhrrchen und Kartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 28.09.	Linseneintopf <sup>(S,2,3,i)</sup> mit Würstchenscheiben <sup>(S,2,3)</sup> und Kartoffeln	bunte Salatmischung <sup>(g,i,j)</sup> mit Kochschinken <sup>(S,2,3)</sup> und Ananas	Schlankwelsfilet <sup>(c)</sup> mit Champignonsoße <sup>(a1,g,i)</sup> und Petersilienkartoffeln	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Do. 29.09.	Hirtenrolle <sup>(Sg)</sup> mit Frischkäse, Letscho <sup>(S,2;3,a1)</sup> und Kartoffeln	Grießsuppe <sup>(a1,g)</sup> mit Früchten	Putenhackbraten in Petersiliensoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Kartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
Fr. 30.09.	paniertes Schollenfilet <sup>(a1,c,d)</sup> mit süß-sauer Soße <sup>(a1)</sup> , Kartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	gefüllte Kartoffelkäsetasche <sup>(g,i)</sup> mit Spargel-Spinatgemüse	Hühnerfrikassee <sup>(a1,g,i)</sup> mit Erbsen und Kräuterreis	Gebäck <sup>(a,g)</sup>

**Zusatzstoffe:** 1=Farbstoff, 2=konserviert, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=gewachst, 7=geschwärzt, 8=Süßstoff, a=glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel, b=Krebstiere, c=Ei, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g= Milch h=Schalenfrüchte, h1=Mandeln, h2=Nüsse, h7=Pistazien, i=Sellerie, j=Senf, k=Sesam, l=Sulfite m=Lupinen-/erzeugnisse, n=Weichtiere-/erzeugnisse S=Schweinefleisch-/erzeugnisse

**Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow und Krummendorf) gelten gesonderte Preise. Diese erhalten Sie auf Anfrage. Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt.**

*Bestellformular September 2022-Rückgabe bitte bis 10. August 22*

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

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

Vorname, Name  
Straße, Hausnummer  
PLZ, Ort

Kundennummer:  
Tour:

<b>Essen 1</b> <i>Bitte die Anzahl, <b>nicht</b> das Menü</i>	<b>Essen 2</b> <i>Bitte die Anzahl, <b>nicht</b> das Menü</i>	<b>Essen 3</b> <i>Bitte die Anzahl, <b>nicht</b> das Menü</i>	<b>Nachtisch</b> <i>Bitte die Anzahl, <b>nicht</b> das Menü</i>	<b>Tag</b>
				Do. 01.09.
				Fr. 02.09.
	***			<b>Sa.</b> <b>03.09.</b>
	***			<b>So.</b> <b>04.09.</b>
				Mo. 05.09.
				Di. 06.09.
				Mi. 07.09.
				Do. 08.09.
				Fr. 09.09.
	***			<b>Sa.</b> <b>10.09.</b>
	***			<b>So.</b> <b>11.09.</b>
				Mo. 12.09.
				Di. 13.09.
				Mi. 14.09.
				Do. 15.09.

Kundennummer:

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.

<b>Essen 1</b> <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	<b>Essen 2</b> <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	<b>Essen 3</b> <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	<b>Nachtisch</b> <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	<b>Tag</b>
				Fr. 16.09.
	***			<b>Sa.</b> <b>17.09.</b>
	***			<b>So.</b> <b>18.09.</b>
				Mo. 19.09.
				Di. 20.09.
				Mi. 21.09.
				Do. 22.09.
				Fr. 23.09.
	***			<b>Sa.</b> <b>24.09.</b>
	***			<b>So.</b> <b>25.09.</b>
				Mo. 26.09.
				Di. 27.09.
				Mi. 28.09.
				Do. 29.09.
				Fr. 30.09.

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

E-Mail: [ear@drk-rostock.de](mailto:ear@drk-rostock.de)

FAX: 0381/242799700

Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.