

Kundennummer:

Name:

Tour:

## Menüplan-Juli 2021

**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 ist, Änderungen können nicht bearbeitet werden.

Tag	Essen 1 – ab 5,70 € Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	Essen 2 – ab 5,70€ Vegetarisch/Süß	Essen 3 – ab 5,70 € Diabetiker/leichte Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	Nachtisch 0,70 €
Do. 01.07.	Schweinesteak <sup>(S)</sup> Spargelsoße <sup>(a1,g)</sup> Kräuterkartoffeln	***	Rinderroulade <sup>(S,2,3,a1,g,i)</sup> mit Wachsbohnen und Kartoffeln	Spritzgebäck <sup>(a1,g)</sup>
Fr. 02.07.	Gebratene Leber <sup>(S)</sup> Apfel-Zwiebel-Soße <sup>(a1)</sup> Kartoffeln	Kartoffelauf <sup>(2,c,g)</sup> Gemüse, Käsesoße <sup>(a1,g)</sup>	Gedünstete Putenbrust Kräutersoße <sup>(a1,g,i)</sup> Gemüse, Kartoffeln	Topfenkuchen <sup>(a,g)</sup>
Sa. 03.07.	Schnitzel „Cordon bleu“ <sup>(S,a1,g,1,2,3)</sup> Kaisergemüse, Kartoffeln	***	Reiseintopf <sup>(i)</sup> Hühnerfleisch Gemüse <sup>(i)</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
So. 04.07.	Hackbraten <sup>(a1,c,i)</sup> Gemüse <sup>(a1,g,i)</sup> Kartoffeln	***	Kalbsfrikassee <sup>(a1,g)</sup> Spargel, Champignons Kartoffeln	Schokopudding mit Soße <sup>(g)</sup>
Mo. 05.07.	Rotbarschfilet <sup>(d,a1)</sup> gebacken, Dillsoße <sup>(a1,g,i)</sup> , Vollkornreis	***	Putenfrikadelle <sup>(a1,c)</sup> Blumenkohl <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln <sup>(c)</sup>	Ochsenauge <sup>(a1,a3,c,f,g)</sup>
Di. 06.07.	Rostbratwurst <sup>(S,g)</sup> Kohlrabigemüse <sup>(a1,g)</sup> Kartoffeln	***	Hähnchen- Spinatroulade <sup>(a1)</sup> , Rosmarinsoße <sup>(a1)</sup> ,	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 07.07.	Erseneintopf <sup>(S,2,3,i,j)</sup> mit Bockwurst <sup>(S,2,3)</sup>	Böhmische Knödel <sup>(a1)</sup> Kräuterrahm- champignons <sup>(a1,g,1)</sup>	Eierragout <sup>(a1,c,g,i,j)</sup> mit Spargel, Kartoffeln, Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Do. 08.07.	Pikanter Heringssalat <sup>(c,g,i,j)</sup> Kräuterkartoffeln <sup>(2)</sup>	***	Geflügelbrust Paprika- Basilikumsoße <sup>(a1,g,i)</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Fr. 09.07.	Schweineleber <sup>(a1,S,i)</sup> "Ungarische Art" Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	Grießsuppe <sup>(a1,g)</sup> mit Früchten	Schollenfilet <sup>(d)</sup> mit grüner Soße <sup>(a1,g,i)</sup> Kartoffeln	Gebäck <sup>(a,g)</sup>
Sa. 10.07.	Hackfleisch <sup>(S)</sup> in Porreesoße <sup>(a1,g)</sup> Kartoffeln	***	Hühnersuppentopf <sup>(i)</sup> mit Nudeln <sup>(a1)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
So. 11.07.	Spanferkelbraten <sup>(2,3,a1,g)</sup> Gemüse Kartoffeln	***	Hähnchenschenkel Möhrengemüse <sup>(a1,g)</sup> Kartoffeln	Wackelpudding
Mo. 12.07.	Jägerschnitte <sup>(S,2,3)</sup> Tomatensoße <sup>(a1,1,g,j,c)</sup> und Nudeln <sup>(a1)</sup>	***	Senfeier <sup>(a1,c,j,f)</sup> Salzkartoffeln und Rote Bete <sup>(8)</sup>	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
Di. 13.07.	Kassler <sup>(S,2,3,a1,i)</sup> Sauerkrautpfanne Kartoffeln	***	Fleischklößchen <sup>(a1,c)</sup> Pastinaken- Möhrengemüse <sup>(a1,g)</sup>	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
Mi. 14.07.	Weißkohleintopf <sup>(1)</sup> mit Schweinefleisch <sup>(S)</sup> und Kartoffeln	***	Rindfleisch in Gemüsemeerrettich- Soße <sup>(a1,g,i,j)</sup> , Kartoffeln	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 15.07.	Frikadelle <sup>(c,g)</sup> m. Fetak. <sup>(c,g)</sup> Speckbohnen <sup>(S,2,3,a1)</sup> Kartoffeln	Nudelauf <sup>(a1,c)</sup> Käse <sup>(g)</sup> Tomatensoße <sup>(i)</sup>	Eieromelett <sup>(c,g)</sup> Rahmspinat <sup>(a1,i)</sup> Kartoffeln <sup>(2)</sup>	Kuchenriegel <sup>(a,g)</sup>

Tag	Essen 1 – ab 5,70 € Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	Essen 2 – ab 5,70€ Vegetarisch/Süß	Essen 3 – ab 5,70 € Diabetiker/leichte Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	Nachtsch 0,70 €
Fr. 16.07.	Pilzgulasch <sup>(S,a1,g)</sup> mit Kartoffelklößen <sup>(l)</sup>	Hefeklöße <sup>(V,a1)</sup> mit Fruchtsoße	Fischschnitte <sup>(d,c)</sup> Estragonsoße <sup>(a1,g,i)</sup> Petersil.kart, Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Spritzgebäck <sup>(a1,g)</sup>
Sa. 17.07.	Geräucherter <sup>(S,2,3)</sup> Schweinenacken, süß-saure Linsen <sup>(S,2,i)</sup> , Kartoffeln	***	Gemüseeeintopf <sup>(i)</sup> Geflügelklöschen <sup>(S,c)</sup> und Kartoffeln	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
So. 18.07.	Kohlroulade <sup>(S,a1)</sup> mit Salzkartoffeln <sup>(2)</sup>	***	Geflügelrollbraten in Rahmsoße <sup>(a1,g)</sup> , Gemüse, Kartoffeln	Waldmeist.pudding mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Mo. 19.07.	Putenhaxe, Sauerkraut <sup>(S,2,3)</sup> , Kartoffeln	***	Hähnchenbrust, pikante Früchten <sup>(a1)</sup> , Reis	Fruchtsaftgetränk
Di. 20.07.	Schweineschnitzel <sup>(S, a1,f)</sup> , Erbsen, Möhren, Kartoffeln	***	gebr. Fischfilet <sup>(a1,c,d)</sup> , Schnittlauchrahmsc. <sup>(a1,g)</sup> Kartoffeln, Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 21.07.	Weißer Bohnensuppe <sup>(i,2)</sup> , Knacker <sup>(S,2,3)</sup>	***	Rostbraten <sup>(S)</sup> , Pilzrahmsoße <sup>(a1,g,1)</sup> , Gemüse, Kartoffeln	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Do. 22.07.	Pan. Schweinebauch <sup>(S,a1,c,g)</sup> , Bayrisch Kraut <sup>(S,2,3)</sup> , Kartoffeln <sup>(2)</sup>	Gefüllte Kartoffel-Käse-Tasche <sup>(g,i)</sup> , mit Blattspinat	Kochklops <sup>(S, a1,c)</sup> , Kapersoße <sup>(a1,g,i)</sup> , Kartoffeln, Rote Bete <sup>(8)</sup>	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
Fr. 23.07.	Heringsfilet gebraten <sup>(a1,d)</sup> , süßsaure Soße <sup>(a1)</sup> , Kartoffeln, Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Süßer Quarkauflauf, Früchte, Vanillesoße <sup>(ai,c,g)</sup>	Paprikahuhn <sup>(a1,g)</sup> , Nudeln <sup>(a1)</sup> , Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Gebäck <sup>(a,g)</sup>
Sa. 24.07.	Hähnchengulasch ungarisch <sup>(a1,i,j)</sup> , Kartoffeln	***	Brühreis <sup>(g,i,j)</sup> , Geflügelfleischwürfel, Gemüse <sup>(i)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
So. 25.07.	Boulette <sup>(S,a1,c)</sup> , Zwiebelsoße <sup>(a1,g)</sup> , Gemüse, Kartoffeln	***	Gefüllte Roulade <sup>(S,2,3,i)</sup> „Jäger Art“ <sup>(a1,i)</sup> , Gemüse, Kartoffeln	Milchreis mit Früchten <sup>(g)</sup>
Mo. 26.07.	Bratwurst <sup>(S,i)</sup> , Porreegemüse <sup>(a1,g)</sup> , Kartoffeln	***	Fleischkäse <sup>(S,2,1f,j)</sup> , Rahmsoße <sup>(a,g)</sup> , Blumenkohl, Kartoffeln	Topfenkuchen <sup>(a,g)</sup>
Di. 27.07.	panierter Fisch <sup>(a1,c,d)</sup> , Tomatensoße <sup>(a1)</sup> , Gemüse, Kartoffelpüree <sup>(3,g)</sup>	***	Kalbsgeschnetzeltes <sup>(a1)</sup> , Pilze, Kartoffeln, Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 28.07.	Grüne Bohneneintopf <sup>(2,3)</sup> , Rauchfleisch, Kartoffeln	***	Setzeier <sup>(c)</sup> , Kräutersoße <sup>(a1,g)</sup> Erbsen, Möhren, Kartoffelbrei <sup>(g)</sup>	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 29.07.	Kalter Kasslerbraten <sup>(2,5)</sup> Kartoffelsalat <sup>(1,8,a,i)</sup> Gewürzgurke	Gnocchi <sup>(a1,c)</sup> , Blattspinat, Käsesoße	Seelachsfilet Müllerin <sup>(d)</sup> , Letscho <sup>(S,2,a1,g)</sup> , Kartoffeln	Fruchtsaftgetränk
Fr. 30.07.	Bratheringsfilet <sup>(a1,d,j,8)</sup> süßsauer Zwiebelsalat Röstkartoffeln <sup>(S,2,3)</sup>	Milchnudeln <sup>(a1,f,g)</sup> , Rosinen, Apfelkompott	Putenfleisch süßsauer <sup>(1)</sup> , Ananas, Curryreis	Butterkekse <sup>(a1,g)</sup>
Sa. 31.07.	Balkanröllchen, Paprikarahm <sup>(a1,g)</sup> , Kartoffeln, Bohnensalat	***	Möhren-Kohlrabieintopf <sup>(i)</sup> , Eierstich <sup>(c,g)</sup> , Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(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.**

Kundennummer:

Name:

Tour:

## *Bestellformular Juli 2021-Rückgabe bitte bis 07. Juni*

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.

Tag	Essen 1 – ab 5,70 € Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	Essen 2 – ab 5,70€ Vegetarisch/Süß	Essen 3 – ab 5,70 € Diabetiker/leichte Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	Nachtisch 0,70 €
Do. 01.07.		***		
Fr. 02.07.				
<b>Sa.</b> <b>03.07.</b>		***		
<b>So.</b> <b>04.07.</b>		***		
Mo. 05.07.		***		
Di. 06.07.		***		
Mi. 07.07.				
Do. 08.07.		***		
Fr. 09.07.				
<b>Sa.</b> <b>10.07.</b>		***		
<b>So.</b> <b>11.07.</b>		***		
Mo. 12.07.		***		
Di. 13.07.		***		
Mi. 14.07.		***		
Do. 15.07.				

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

<b>Tag</b>	<b>Essen 1 – ab 5,70 €</b> Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	<b>Essen 2 – ab 5,70€</b> Vegetarisch/Süß	<b>Essen 3 – ab 5,70 €</b> Diabetiker/leichte Vollkost Wochenende, Feiertag ab 6,00 €	<b>Nachtisch 0,70 €</b>
Fr. 16.07.				
<b>Sa.</b> <b>17.07.</b>		***		
<b>So.</b> <b>18.07.</b>		***		
Mo. 19.07.		***		
Di. 20.07.		***		
Mi. 21.07.		***		
Do. 22.07.				
Fr. 23.07.				
<b>Sa.</b> <b>24.07</b>		***		
<b>So.</b> <b>25.07.</b>		***		
Mo. 26.07.		***		
Di. 27.07.		***		
Mi. 28.07.		***		
Do. 29.07.				
Fr. 30.07.				
<b>Sa.</b> <b>31.07.</b>		***		

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