

## Menüplan - Juni 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	Nachtisch
Mi. 01.06.	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. 02.06.	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> Gemüse-Meerrettichsoße <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	Fruchtsaftgetränk
Fr. 03.06.	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>	Butterkeks <sup>(a1,g)</sup>
<b>Sa.</b> <b>04.06.</b>	Schweineschnitzel <sup>(S,a1,f)</sup> mit Champignonrahm und Kartoffeln	***	Kartoffelsuppe mit Gemüse <sup>(i)</sup> und Wiener Würstchen <sup>(S,2,3)</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
<b>So.</b> <b>05.06.</b>	Rinderroulade <sup>(S,2,3,a1,g,i)</sup> mit Rotkohl <sup>(s,2)</sup> und Kartoffeln	***	Hähnchenbrustfilet "grüner Spargel" Frühlingsgemüse und Kartoffeln	rote Grütze mit Sahne <sup>(1,g)</sup>
Mo. 06.06.	Lendenbraten in Rahmsoße <sup>(a1,g)</sup> mit Marktgemüse, Spargel und Kartoffeln	***	Barschfilet <sup>(d)</sup> auf Zitronensoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Marktgemüse, Spargel und Kartoffeln	Schokomousse <sup>(g)</sup>
Di. 07.06.	Pikanter Wurstgoulasch <sup>(S,2,3,a1,j)</sup> mit Paprika und Nudeln <sup>(a1)</sup>	Spargel -Gemüsepfanne mit Schupfnudeln <sup>(a1)</sup>	gekochte Eier <sup>(c)</sup> in Kräutersoße mit Möhrchen und Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 08.06.	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> Kartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 09.06.	Rostocker Bratwurst <sup>(S)</sup> mit Sauerkraut <sup>(2,2,3)</sup> und Kartoffeln	Grießsuppe <sup>(a1,g)</sup> mit Früchten	Putenhackbraten in Petersiliensoße <sup>(a1,g,i)</sup> Kartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr. 10.06.	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	Topfkuchen <sup>(a1,c)</sup>
<b>Sa.</b> <b>11.06.</b>	Hacksteak <sup>(S,a1,c)</sup> mit Steckrübengemüse <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	***	Gemüseeeintopf <sup>(i)</sup> mit Suppenfleisch <sup>(S)</sup> und Kartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
<b>So.</b> <b>12.06.</b>	Wirsingroulade <sup>(a1)</sup> mit Rahmsoße <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	***	Wildragout <sup>(a1,i)</sup> mit Rosenkohl und Kartoffeln	Pudding <sup>(g)</sup> "Panna cotta"
Mo. 13.06.	pikante Sülze <sup>(S,2,3,i,j)</sup> mit Bratkartoffeln <sup>(S,2,3)</sup> , Remoulade <sup>(1,8,a1,c,j)</sup> und Gewürz Gurken <sup>(8)</sup>	Gemüseröstj <sup>(a1,c,i,3)</sup> mit mediterranem Gemüse <sup>(a1)</sup>	Seelachsfilet <sup>(c)</sup> in Zitronen - Dillsoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Kartoffeln	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
Di. 14.06.	Bauernroulade <sup>(S,a1,c,f)</sup> mit Specksoße <sup>(S,2,3)</sup> , Kohlrabi und Kartoffeln	gefüllte Eierkuchen <sup>(a1,c,g)</sup> mit Vanillesoße	Putenpfanne <sup>(a1,g)</sup> mit Senfgurken <sup>(8)</sup> und Kartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 15.06.	Berliner Kartoffelsuppe <sup>(i)</sup> mit Rauchfleisch <sup>(S,2,3)</sup>	Salatmischung "Riga" mit Putenbruststreifen <sup>(2)</sup> , und Dressing <sup>(g,i)</sup>	Spiegeleier <sup>(c,g)</sup> mit Rahmspinat <sup>(a1,i)</sup> und Kartoffeln	Quarkspeise <sup>(g)</sup>

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 leichte Vollkost	Nachtisch
Do. 16.06.	Schweinesteak <sup>(S)</sup> mit Spargelsoße <sup>(a1,g)</sup> und Kräuterkartoffeln	Schokoladengries <sup>(a1,g)</sup> mit gelben Früchten	Paprikaschote, gefüllt mit Gemüse <sup>(a1,i,j)</sup> Paprikasoße und Reis	Erdbeerpudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Fr. 17.06.	gebratene Leber <sup>(S)</sup> mit Apfel-Zwiebelsoße <sup>(a1)</sup> und Kartoffeln	Kartoffelauflauf <sup>(c,g)</sup> mit Gemüse und Käesoße <sup>(a1,g)</sup>	gedünstete Putenbrust mit Kräutersoße <sup>(a1,g,i)</sup> , Gemüse und Kartoffeln	Gebäck <sup>(a,g)</sup>
Sa. 18.06.	Schnitzel "Cordon bleu" <sup>(S,a1,g,1,2,3)</sup> Kaisergemüse und Kartoffeln	* * *	Reiseintopf <sup>(i)</sup> mit Hühnerfleisch und Gemüse <sup>(i)</sup>	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
So. 19.06.	Hackbraten <sup>(a1,c,i)</sup> mit Gemüse <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	* * *	Frikassee <sup>(a1,g)</sup> aus der Putenbrust mit Spargel, Champignons und Kartoffeln	Pudding Waldmeister <sup>(1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Mo. 20.06.	gebackenes Rotbarschfilet <sup>(a1,d)</sup> in Dillsoße <sup>(a1,g,i)</sup> mit Vollkornreis	Knuspertasche <sup>(a1,g)</sup> gefüllt mit Spinat und Tomatensoße	Putenfrikadelle <sup>(a1,c)</sup> mit Blumenkohl <sup>(a1,g)</sup> und Salzkartoffeln	Fruchtsaftgetränk
Di. 21.06.	Rostbratwurst <sup>(S,9)</sup> mit Kohlrabigemüse <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	böhmische Knödel <sup>(a1)</sup> mit Kräuterrahm- champignons <sup>(a1,g,i)</sup>	Hähnchen - Brokkoliroulade in Rosmarinsoße <sup>(a1)</sup> mit Gemüse und Eierspätzle <sup>(a1,c)</sup>	Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
Mi. 22.06.	Erseneintopf <sup>(S,2,3,i,j)</sup> mit Bockwurst <sup>(S,2,3)</sup>	paniertes Sellerieschnitzel <sup>(a1,i)</sup> mit Gemüse- Tomatenspätzle <sup>(a1,c)</sup>	Eierragout <sup>(a1,c,g,i,j)</sup> mit Spargel, Kartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 23.06.	pikanter Heringssalat <sup>(c,g,i,j)</sup> mit Kräuterkartoffeln <sup>(2)</sup>	Königsberger Salatmix mit Dressing <sup>(g,i,j)</sup> und Thunfisch <sup>(d)</sup>	Geflügelbrust mit Paprika- Basilikumsoße <sup>(a1,g,i)</sup> und Naturreis	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr. 24.06.	Schweineleber <sup>(S,a1,i)</sup> "ungarisch" mit Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	Grießsuppe <sup>(a1,g)</sup> mit Früchten	Schollenfilet <sup>(d)</sup> mit grüner Soße <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	<sup>(a1,a3,c,f,g)</sup> Kaffeekranz
Sa. 25.06.	Hackfleisch <sup>(S)</sup> in Porreesoße <sup>(a1,g,i)</sup> und Kartoffeln	* * *	Hühnersuppentopf <sup>(i)</sup> mit Nudeln <sup>(a1)</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
So. 26.06.	Spanferkelbraten <sup>(S,2,a1,g,i)</sup> mit Gemüse und Kartoffeln	* * *	Hähnchenschenkel <sup>(a1,g,i)</sup> mit Möhrengemüse und Kartoffeln	Vanillepudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Mo. 27.06.	Jägerschnitte <sup>(S,2,3,a1,c,g,j)</sup> mit Tomatensoße <sup>(a1,i)</sup> und Nudeln <sup>(a1)</sup>	Pilzpfanne <sup>(a1,g)</sup> mit Kräuterreis	Senfeier <sup>(a1,c,g,i,j)</sup> mit Salzkartoffeln und rote Bete <sup>(8)</sup>	<sup>(a1,a3,c,f,g)</sup> Spritzgebäck
Di. 28.06.	Kassler <sup>(S,2,3,a1,i)-</sup> Sauerkrautpfanne mit Kartoffeln	Nudelauflauf <sup>(a1,c)</sup> mit Käse <sup>(g)</sup>	Fleischklößchen <sup>(a1,c)</sup> mit Zucchini- Möhrengemüse <sup>(a1,g)</sup> und Kartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi. 29.06.	Weißkohleintopf <sup>(i)</sup> mit Schweinefleisch <sup>(S)</sup> und Kartoffeln	Salatmix "Bresslauer Art" mit Käse <sup>(g)</sup> garniert und Dressing <sup>(g,i,j)</sup>	Eieromelett <sup>(c,g)</sup> mit Rahmspinat <sup>(a1,i)</sup> und Kartoffeln	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do. 30.06.	Frikadelle mit Fetakäse <sup>(c,g)</sup> Speckbohnen <sup>(S,2,3,a1)</sup> und Kartoffeln	mediterraner Dinkelbratling <sup>(a1,c,g)</sup> Butterbohnen <sup>(g)</sup> und Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	Fischschnitte <sup>(c)</sup> in Estragonsoße <sup>(a1,g,i)</sup> Petersilienkartoffeln und Salat <sup>(g,i,j)</sup>	Milchmixgetränk <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.**

*Bestellformular Juni 2022-Rückgabe bitte bis 10. Mai 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>
				Mi. 01.06.
				Do. 02.06.
				Fr. 03.06.
	***			<b>Sa. 04.06.</b>
	***			<b>So. 05.06.</b>
				Mo. 06.06.
				Di. 07.06.
				Mi. 08.06.
				Do. 09.06.
				Fr. 10.06.
	***			<b>Sa. 11.06.</b>
	***			<b>So. 12.06.</b>
				Mo. 13.06.
				Di. 14.06.
				Mi. 15.06.

Kundennummer:

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.

<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. 16.06.
				Fr. 17.06.
	***			<b>Sa.</b> <b>18.06.</b>
	***			<b>So.</b> <b>19.06.</b>
				Mo. 20.06.
				Di. 21.06.
				Mi. 22.06.
				Do. 23.06.
				Fr. 24.06.
	***			<b>Sa.</b> <b>25.06.</b>
	***			<b>So.</b> <b>26.06.</b>
				Mo. 27.06.
				Di. 28.06.
				Mi. 29.06.
				Do. 30.06.

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.