

Kundennummer:

Name:

Tour:

Menüplan - November 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, Änderungen und Anrufe können nicht bearbeitet werden!!!

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 Diabetiker/leichte Vollkost	Nachtisch
Mo. 01.11.	Mini - Bratwürstchen ^(S) mit Wachbohnen ^(S,2,3a1,g) & Kartoffeln	Salatmischung "Athen" mit Kräuter-Mozzarella ^(V,g)	Spargelpfanne "asiatisch" ⁽ⁱ⁾ mit Orangeris ^(V)	Spritzgebäck ^(a1,a3,c,f,g)
Di. 02.11.	paniertes Fischfilet ^(a1,c) Kartoffel-Specksalat ^(S,2,3) , Blattsalat ^(g,i,j)	Blumenkohl-Käse- Medaillon ^(V,a,g) Käse- pinatsoße ^(a1,g,i) & Kartoffeln	Rahmspinat ^(a1,g) mit Rührei ^(c)	Fruchtjoghurt ^(g)
Mi. 03.11.	Grünkohleintopf ^(S,2,3,i) mit 1 Knacker ^(S,2,3) und Kartoffeln	Salatmix "Rostocker Art" mit Käse ^(g) & Schinken ^(S,2,3) , Dressing ^(g,i,j)	Kochklops ^(S,a1,c) mit Kapernsoße ^(a1,g,i) , Kartoffeln und Rote Bete ⁽⁸⁾	Quarkdessert ^(g)
Do. 04.11.	Hackfleisch- Bohnenpfanne ^(S,a1) mit Kartoffelpüree ^(g) und Salat ^(g,i,j)	Milchreis ^(g) mit Früchten Zimt & Zucker	Seelachsfilet ^(d) mit Gemüse- Meerrettichsoße ^(a1,g,i) und Kartoffeln	Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Fr. 05.10.	Hähnchenschenkel mit Geflügelsoße ^(a1,g) Rotkohl ^(S,2,3) und Semmelknödel ^(a1,c)	Kräuterquark ^(V,g) mit Salzkartoffeln und Salat	Kräuterspaghetti ^(a1) mit Schinken- Käsesoße ^(S,2,3,a1,g)	Topfkuchen ^(a1,c)
Sa. 06.11.	Schweineschnitzel ^(S,a1,f) mit Champignonrahm und Kartoffeln	* * *	Kartoffelsuppe mit Gemüse ⁽ⁱ⁾ und Wiener Würstchen ^(S,2,3)	Joghurt ^(g)
So. 07.11.	gefüllte Paprikaschote ^(S,c) Paprikasoße ^(a1,i) und Kartoffeln	* * *	Putengeschnetzeltes ^(a1,i) "Jäger Art" mit Pilzen & Kartoffeln	"Panna cotta"
Mo. 08.11.	Rostocker Bratwurst ^(S) mit Sauerkraut ^(2,2,3) und Kartoffeln	frischer "Madrid - Salat" mit Dressing ^(g,i,j) und gekochtem Ei ^(c)	Geflügelhackbällchen ^(c) in Curry-Gemüsesoße ^(a1,g,i) mit Naturreis	Milchmixgetränk ^(g)
Di. 09.11.	pikanter Wurstgulasch ^(S,2,3,a1,j) mit Paprika und Nudeln ^(a1)	Kartoffelpuffer ^(a1,c) mit Apfelmus	gekochte Eier ^(c) in Kräutersoße ^(a1,g,i) , mit Möhrchen und Kartoffeln	Joghurt ^(g)
Mi. 10.11.	Linseneintopf ^(S,2,3,i) mit Knackwurstscheiben ^(S,2,3) und Kartoffeln	bunte Salatmischung ^(g,i,j) mit Kochschinken ^(S,2,3) und Ananas	Welsfilet ^(c) mit Champignonsoße ^(a1,g,i) und Petersilienkartoffeln	Quarkdessert ^(g)
Do. 11.11.	dicke Räucherrippe ^(S,2) mit Grünkohl ^(S,2,i) und Kartoffeln	gefüllte Käsenudeln ^(a1,g,i) in Basilikum - Tomatensoße ^(a1,i)	Rinderbrust in Petersiliensoße ^(a1,g,i) mit Kartoffeln & Salat ^(g,i,j)	Fruchtjoghurt ^(g)
Fr. 12.10.	paniertes Schollenfilet ^(a1,c,d) mit süß-sauer Soße ^(a1) & Kartoffeln und Salat ^(g,i,j)	gefüllte Kartoffelkäsetasche ^(g,i) mit Blattspinat und Salat	Hühnerfrikassee ^(a1,g,i) mit Erbsen und Kräuterreis	Gebäck ^(a,g)
Sa. 13.11.	Hacksteak ^(S,a1,c) mit Steckerübgemüse ^(a1,g) und Kartoffeln	* * *	Gemüseintopf ⁽ⁱ⁾ mit Suppenfleisch ^(S) und Kartoffeln	Joghurtdessert ^(g)
So. 14.11.	Pflaumenbraten ^(S,a1,g,i) mit Rotkohl und Kartoffeln	* * *	Wildragout ^(a1,i) mit Rosenkohl und Kartoffeln	Pudding Waldmeister ⁽¹⁾ mit Vanillesoße ^(g)
Mo. 15.11.	pikante Sülze ^(S,2,3,i,j) mit Bratkartoffeln ^(S,2,3) Remoulade ^(1,8,a1,c,i) und Gewürzqurken ⁽⁸⁾	"Florentiner Mix" mit Fetakäse ^(g) garniert, Dressing ^(g,i,j)	Seelachsfilet ^(c) in Zitronen - Dillsoße ^(a1,g,i) mit Kartoffeln	Fruchtsaftgetränk

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 Diabetiker/leichte Vollkost	Nachtsch
Di. 16.11.	Bauernroulade ^(S,a1,c,f) mit Specksoße ^(S,2,3) , Kohlrabi und Kartoffeln	gefüllte Eierkuchen ^(a1,c,g) mit Vanillesoße	Putenpfanne ^(a1,g) mit Senfgurken ⁽⁸⁾ und Kartoffeln	Joghurtdessert ^(g)
Mi. 17.11.	Berliner Kartoffelsuppe ⁽ⁱ⁾ mit Rauchfleisch ^(S,2,3)	Salatmischung "Riga" mit Putenbruststreifen ⁽²⁾ , Dressing ^(g,i,j)	Spiegeleier ^(c,g) mit Rahmspinat ^(a1,i) und Kartoffeln	Quarkdessert ^(g)
Do. 18.11.	Grünkohl ^(a1,i,j) mit Lungwurst ^(S,2,3,i) und Kartoffeln	Gemüseröstj ^(a1,c,i,3) mit mediterranem Gemüse ^(a1)	Rinderroulade ^(S,2,3,a1,g,i) mit Wachsbohnen und Kartoffeln	Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Fr. 19.10.	gebratene Leber ^(S) mit Apfel-Zwiebelsauce ^(a1) und Kartoffeln	Kartoffelauflauf ^(c,g) mit Gemüse und Käsesoße ^(a1,g)	gedünstete Putenbrust, Kräutersoße ^(a1,g,i) , Gemüse und Kartoffeln	Kaffeekranz ^(a1,a3,c,f,g)
Sa. 20.11.	Schnitzel "Cordon bleu" ^(S,a1,g,1,2,3) Kaisergemüse und Kartoffeln	* * *	Reiseintopf ⁽ⁱ⁾ mit Hühnerfleisch und Gemüse ⁽ⁱ⁾	Joghurt ^(g)
So. 21.11.	Hackbraten ^(a1,c,i) mit Gemüse ^(a1,g,i) und Kartoffeln	* * *	Kalbsfrikassee ^(a1,g) mit Spargel und Champignons und Kartoffeln	Erdbeerpudding mit Sahne ^(g)
Mo. 22.11.	gebackenes Rotbarschfilet ^(a1,d) in Dillsauce ^(a1,g,i) mit Vollkornreis	Salatmix "Rostocker Art" mit Käse ^(g) & Schinken ^(S,2,3) , Dressing ^(g,i,j)	Putenfrikadelle ^(a1,c) mit Blumenkohl ^(a1,g) und Salzkartoffeln	Waffel ^(a1,c,g)
Di. 23.11.	Rostbratwurst ^(S,9) mit Kohlrabi gemüse ^(a1,g) und Kartoffeln	böhmische Knödel ^(a1) mit Kräuterrahmchampignons ^(a1,g,i)	Hähnchen - Spinatroulade in Rosmarinsauce ^(a1) mit Gemüse und Eierspätzle ^(a1,c)	Joghurt ^(g)
Mi. 24.11.	Erbseintopf ^(S,2,3,i,j) mit Bockwurst ^(S,2,3)	paniertes Sellerieschnitzel ^(a1,i) mit Gemüse-Tomatenspätzle ^(a1,c)	Eierragout ^(a1,c,g,i,j) mit Spargel und Kartoffeln, Salat ^(g,i,j)	Quarkdessert ^(g)
Do. 25.11.	Schweineroulade ^(S,2) in Senfrahmsauce ^(a1,g,i,j) Bayrisch Kraut ^(S,2) und Kartoffeln	Königsberger Salatmix mit Dressing ^(g,i,j) und Thunfisch ^(d)	Geflügelbrust mit Paprika-Basilikumsoße ^(a1,g,i) und Naturreis	Milchmixgetränk ^(g)
Fr. 26.10.	Schweineleber ^(S,a1,i) "ungarisch" mit Kartoffelpüree ^(g)	Grießsuppe ^(a1,g) mit Früchten	Schollenfilet ^(d) mit grüner Soße ^(a1,g,i) und Kartoffeln	Gebäck ^(a,g)
Sa. 27.11.	Hackfleisch ^(S) in Porreesauce ^(a1,g,i) mit Kartoffeln	* * *	Hühnersuppentopf ⁽ⁱ⁾ mit Nudeln ^(a1)	Fruchtjoghurt ^(g)
So. 28.11.	Spanferkelbraten ^(S,2,a1,g,i) mit Gemüse und Kartoffeln	* * *	Hähnchenschenkel ^(a1,g,i) mit Möhrengemüse und Kartoffeln	rote Grütze ^(1:g)
Mo. 29.11.	Jägerschnitte ^(S,2,3,a1,c,g,i) mit Tomatensoße ^(a1,i) und Nudeln ^(a1)	Salatmix "Bresslauer Art" mit Käse ^(g) garniert, Dressing ^(g,i,j)	Senfeier ^(a1,c,g,i,j) mit Salzkartoffeln, rote Bete ⁽⁸⁾	Adventsgebäck ^(a,g)
Di. 30.11.	Kassler ^(S,2,3,a1,i) -Sauerkrautpfanne mit Kartoffeln	Nudelauflauf ^(a1,c) mit Käse ^(g) und Tomatensoße ⁽ⁱ⁾	Fleischklößchen ^(a1,c) mit Zucchini-Möhrengemüse ^(a1,g) und Kartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)

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 Nov.2021-Rückgabe bitte bis 10. Oktober

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:

Essen 1 <i>Bitte die Anzahl, <u>nicht</u> das Menü</i>	Essen 2 <i>Bitte die Anzahl, <u>nicht</u> das Menü</i>	Essen 3 <i>Bitte die Anzahl, <u>nicht</u> das Menü</i>	Nachtisch <i>Bitte die Anzahl, <u>nicht</u> das Menü</i>	Tag
				Mo. 01.11.
				Di. 02.11.
				Mi. 03.11.
				Do. 04.11.
				Fr. 05.10.
	***			Sa. 06.11.
	***			So. 07.11.
				Mo. 08.11.
				Di. 09.11.
				Mi. 10.11.
				Do. 11.11.
				Fr. 12.10.
	***			Sa. 13.11.
	***			So. 14.11.
				Mo. 15.11.

Kundennummer:

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

Essen 1 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Essen 2 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Essen 3 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Nachtisch <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Tag
				Di. 16.11.
				Mi. 17.11.
				Do. 18.11.
				Fr. 19.10.
	***			Sa. 20.11.
	***			So. 21.11.
				Mo. 22.11.
				Di. 23.11.
				Mi. 24.11.
				Do. 25.11.
				Fr. 26.10.
	***			Sa. 27.11.
	***			So. 28.11.
				Mo. 29.11.
				Di. 30.11.

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

E-Mail: ear@drk-rostock.de

FAX: 0381/242799700

Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.