



SPEISENPLAN für die Woche vom 20.01. - 26.01.2025

Volksolidarität
Essen auf Rädern
Zittauer Str. 27 Haus 8
99091 Erfurt

Tel: 0361 / 2606107 Fax: 6537094

DE
TH 03515
EG

04. Woche

Kundenname:
Tour: _____



MENÜ 1 (auch als Mini) (ohne Kennzeichnung)

MENÜ 2 (rot gekennzeichnet)

MENÜ 3 Schonkost (schwarz gekennzeichnet)

20.01. Mo
Hänersuppeneintopf
mit Reis und feinem Gemüse
dazu 1 Brötchen, Dessert a1,G,C

Hähnchenschnitte „Cordon Bleu“
mit Käse und Schinken gefüllt Soße
Erbsengemüse, Kartoffeln, Dessert a1,C,G,I,J

Gekochtes Rindfleisch
mit Dillsöbe 10 dazu Bouillon-
Kartoffeln, Dessert a1,C,F,G,I,F 3,0 BE
Kcal 525

21.01. Di
Panierter Jagdwurst^{2,4,9}
mit Tomatensoße, dazu Spiralen, Eisbergsalat
Dressing a1,G,I,J

Thüringer Bratwurst
mit Soße, Mischgemüse und Salzkartoffeln
a1,C,G,I,J

Pikantes Eierragout
mit Erbsen u. Möhren, 10,5,
dazu Kartoffeln, 5 a1,C,F,I,J,3,0 BE
Kcal 485

22.01. Mi
Griesflammerie
mit Zucker, Zimt und Pflsichwürfeln, dazu 1
Brötchen mit Fleischsalat (ext.verpackt)a1,I,J,G,

Thüringer Krautwickel
mit Hackfleischfüllung, dazu Bratensoße und
Kartoffelpüree, Kompott a1,G,I,F

Putenbrustfilet natur
mit Rahmsoße, 10 dazu Blumenkohl
und Salzkartoffeln, a1,F,G,I,J 3,0 BE
Kcal 392

23.01. Do
Kasselerkamm,⁹
auf Grünkohl und Kartoffeln, Obst a1,G,I,J

Jägerschnitzel
mit Pilzrahmsoße dazu Petersilienkartoffeln
Krautsalat in saurer Sahne a1,C,F,I,J

Grüppcheneintopf
mit Rauchfleisch 9 und Gemüse,
dazu Dessert a1,F,G,I 3,0 BE
Kcal 433

24.01. Fr
Currywurst
mit Currysoße dazu Kartoffelpüree
Gurkensalat a1,G,I,J

Gebratenes Schollenfilet
mit warmen Kartoffelsalat und
Remouladensoßes a1,C,F,I,J

Würzfleisch vom Schwein 10
mit Käse überbacken dazu
Gemüseris, Obst a1 G,F,I 3,5 BE
Kcal 348

25.01. Sa
Weißer Bohneneintopf
mit 2 Krakauer Würstchen⁴ und Kartoffeln,
dazu 1 Brötchen, Dessert a1,I.

3 Gehacktes Klößchen
auf Rahmkohlrabi, 10 mit Salzkartoffeln
Dessert a1,F,G,I,J 3,0 BE
Kcal 585

Eiw. 31
Fett 30
KH 36
KJ 2444
Kcal 585

26.01. So
Rindersauerbraten
mit Soße, und Apfelrotkohl, 2 Thüringer
Klößen, Obst a1,I,J

Schweinesteak natur
mit Soße, 10 Erbsengemüse und
Kartoffeln, Obst, a1,C,F,G,I. 4,0 BE
Kcal 466

Eiw. 50
Fett 12
KH 36
KJ 1953
Kcal 466

MENÜ 2 (auch als Mini)

MENÜ 3 Schonkos

BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert
BE- Berechnung bezieht sich nur auf Sättigungsbeilage und Dessert

Guten Appetit!
Änderungen vorbehalten.
Essen zum Verzehr
am selbigen Tag.

Hergestellt von:
Menu Express
Gotha GmbH
& CO.KG

- h88Macadamia
- h2 Haselnüsse
- h3 Walnüsse
- h4 Kaschunüsse
- h5 Pecanüsse
- h6 Paranüsse
- h7 Pistazien
- h1= Mandeln,
- G=Laktose
- F=Soja
- E=Erdrüsse
- D=Fisch;
- C=Eier
- B=Krebstiere
- a3 Gerste, a4 Hafer
- a1=Weizen, a2 Roggen
- A=Gluten

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitritpökelsalz
- 10 = gebunden mit Johaneskeremehl oder Guarkeermehl

- X = kann Spuren von Allergenen enthalten
- N = Weichtiere
- L = Schwefeldioxid
- M = Lupinen
- K = Sesamsamen
- J = Senf
- I = Sellerie

MENÜ 4 Kaltmenü

(grün
gekennzeichnet)

Thunfischsalat

mit frischen Tomaten, Zwiebeln, Bohnen,
1 Baguettebr. mit Butter, Dessert a1,G

6 Kartoffelpuffer

mit einer großen Portion Apfelkompott,
dazu Obst a1

Rindergeschnetztes Stroganoff

mit Champignons und Gurke, Rahmsauce
dazu Eierspätzle, Obst a1,G,C,F,I,J

Mo

Fruchtpokal „Jogger Becher“

Sahnequark mit Früchten, Schokoladen-
raspeln und Bircher Müsli a1,a2,a3,a4,G

Blumenkohl „Polnisch“

mit Butter, Semmelbrösel und Ei, dazu
Rahmkartoffeln und Dessert a1,C,F,G,I

Hähnchenbrust „Toskana“

mit Tomaten-Zucchini-Gemüse überbacken
mit Käse, grüne Nudel, Dessert a1,F,I

Di

Panieretes Schnitzel

mit Garnitur, Senfütchen und
Farnersalat a1,G

Champignonpfanne

frische Champignons in Sahnesauce, dazu
bunte Nudeln und Salat, Dessert a1,C,F,G,I,J

Schweinesteak „au four“

Wirzfleisch überbacken, Röstkartoffeln,
gem. Salat, Dressing, Dessert a1,C,F,G,I

Mi

Wurstsalat

mit Gurke und Zwiebeln, dazu Brot und
Butter, Obst a1,G

Tortellinis

mit Käse gefüllt, dazu Tomatencreme mit
Fruchstückchen, Krautsalat, Dessert a1,F,G,I

Schweinelendchen „Westmorland“

mit Mixed-Pickles-Soße, dazu Erbsen
und Salzkartoffeln, Dessert a1,F,I

Do

Ungarischer Rindfleischsalat

mit Baguettebrötchen und Butter a1,G

Spinatknödel

mit Käsesahnesauce dazu Chinakohlsalat,
mit Dressing, Dessert a1,I,J,C,G

Pfannengyros (von der Pute)

mit Tzaziki und Tomatenreis,
Dessert a1,F,I,G

Fr

Täglich Von

Montag - Freitag

Guten Appetit

MENÜ 5

Salatpokal

mit frischen Salaten der Saison
Oliven, Sonnenblumenkerne,
Parmesan Flakes
Kräuterdressing | Brötchen
a1,G

MENÜ 8

Kesselgulasch

mit Brötchen und Obst
a1,F,I
Montag bis Freitag

04. Woche

Änderungen
vorbehalten

MENÜ 6 Vegetarisch

(gelb
gekennzeichnet)

MENÜ 7 Sondermenü

Abendbrot vom 20.01. bis 26.01.2025

Abendbrot vom 20.01. bis 26.01.2025

Änderungen vorbehalten

Änderungen vorbehalten

Mo

Wurstsalat
mit Zwiebeln und Tomaten, dazu
1 Baguettebrötchen, Butter A, G

Mo

Wurstsalat
mit Zwiebeln und Tomaten, dazu
1 Baguettebrötchen, Butter A, G

Di

Schweineschnitzel (kalt)
mit Thüringer Kartoffelsalat
A, C, G, I, J

Di.

Schweineschnitzel (kalt)
mit Thüringer Kartoffelsalat
A, C, G, I, J

Mi

Käseplatte
2 Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke, dazu
2 Scheiben Pumpernickel und Butter A, G

Mi

Käseplatte
2 Sorten Schnittkäse, 1 Käsecke, dazu
2 Scheiben Pumpernickel und Butter A, G

Do

Streichwurstplatte
Leber-, Tee- und Mettwurst, Gurke, Tomate,
dazu 2 Scheiben Mischbrot A

Do

Streichwurstplatte
Leber-, Tee- und Mettwurst, Gurke, Tomate,
dazu 2 Scheiben Mischbrot A

Fr

Gyrosbraten
mit Mix Pickles und
Kartoffelsalat A, C, G, I, J

Fr

Gyrosbraten
mit Mix Pickles und
Kartoffelsalat A, C, G, I, J

Sa

Aufschnittplatte
mit 2 versch. Sorten Wurst) dazu saure
Gurke, 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

Sa

Aufschnittplatte
mit 2 versch. Sorten Wurst) dazu saure
Gurke, 2 Scheiben Mischbrot und Butter A, G

So

Heringssilet „Matjes Art“
dazu 2 Scheiben Vollkornbrot und Butter
A, G, I, J

So

Heringssilet „Matjes Art“
dazu 2 Scheiben Vollkornbrot und Butter
A, G, I, J

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitrit Pökelsalz
- 10 = gebunden mit
- Johanniskernmehl oder
- Guarkernmehl

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitrit Pökelsalz
- 10 = gebunden mit
- Johanniskernmehl oder
- Guarkernmehl

- 1 = mit Farbstoff
- 2 = mit Konservierungsstoff
- 3 = mit Geschmacksverstärker
- 4 = mit Phosphat
- 5 = mit Süßungsmittel
- 6 = mit Antioxidationsmittel
- 7 = gewachst
- 8 = kann Gräten enthalten
- 9 = mit Nitrit Pökelsalz
- 10 = gebunden mit
- Johanniskernmehl oder
- Guarkernmehl