

## Menü 1 Vollkost

## Menü 2 Leichte Vollkost

## Menü 3 Vegetarisch

**Donerstag**  
25.8.2022

Schweinegulasch mit  
Leipziger, Allerlei und  
Petersilienkartoffeln,  
Orangencreme  
C, IW, 7, 10

Putensteak mit Paprikasauce, Kar-  
toffeln und Sommergemüse, Oran-  
gencreme  
A, IW, 7, 9

Gemüsefrikadelle mit Bratkartoffeln  
und Krautsalat, Orangencreme  
A, B, H, IW, 3, 7

**Freitag**  
26.8.2022

Gebratenes Fischfilet mit  
Weißweinauce, Broccoli und  
Salzkartoffeln, Apfelmus  
A, K, 4, 7

Graupensuppe mit Brötchen  
Apfelmus  
A, I, K, IW, 7, 9

Rosmarinkartoffeln mit  
Kräuterquark, dazu ein  
sommerlicher Salat mit Fetakäse,  
Apfelmus  
A, C, K, 7, 10

**Samstag**  
27.8.2022

Kartoffel-Gemüsesuppe mit  
Fleischeinlage, Berliner  
IW, 3, 9

Spätzlepfanne mit Schinken und  
Gemüse dazu eine Sahnesauce,  
Berliner  
B, C, H, IW, 3, 7, 9

Gemüsebrühe  
Mehlpütt mit Birnenkompott und  
Vanillesauce  
A, IW, 3, 7, 9

**Sonntag**  
28.8.2022

Gemüsecremesuppe, Pökelfleisch  
mit Sauce, Mischgemüse und Salz-  
kartoffeln, Grießpudding  
C, H, IW, 7, 9, 10

Gemüsecremesuppe  
Gulasch mit Mischgemüse, und  
Salzkartoffeln, Grießpudding  
C, I, IW, 7, 9, 10

Gemüsecremesuppe, Buntes  
Rahmgemüse mit Salz-  
kartoffeln, Grießpudding  
I, IW, 7, 9

**Montag**  
29.8.2022

Nackensteak mit Sauce,  
Salzkartoffeln und Kohlrabi,  
Erdbeerrjoghurt  
IW, 7, 9, 10

Weißkohlgestampftes mit Brat-  
wurst, Erdbeerrjoghurt  
A, C, D, H, IW, 7, 9, 10

Wirsing-Kartoffel-Auflauf  
Erdbeerrjoghurt  
C, 3, 7

**Dienstag**  
30.8.2022

Mediterraner Nudelsalat mit  
Frikadelle, Obstsalat  
C, IW, 3, 10

Mediterranes Hacksteak mit  
Djuwetschreis,  
Obstsalat  
IW, 3

Bunte Nudeln mit Lauch-Käsesauce  
und gemischtem Salat, Obstsalat  
A, C, IW, 7, 10

**Mittwoch**  
31.8.2022

Hackfleischkuchen mit Sauce und  
Salzkartoffeln  
Pudding mit Bananengeschmack  
A, C, IW, 3, 7

Hähnchenbrust mit Tomatensauce,  
Butterspätzle und buntem Salat,  
Pudding mit Bananengeschmack  
C, IW, 3, 7, 10

Gemüsesuppe, Gefüllte Eierpann-  
kuchen mit Vanillesauce  
A, I, IW, 3, 7

Als Alternative können Sie einen großen Salatteller mit wechselnden Beilagen bestellen. Großer Salatteller bestehend aus: Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Karotten, wechselnde Beilage (z.B. Feta, Thunfisch, Schinken...), hausgemachtes Dressing, Vorspeise oder Dessert

## Bleiben Sie Zuhause und bleiben Sie gesund!

### Wir versorgen Sie mit:

Essen auf Rädern - täglich frisch gekochtes Mittagessen, heiß auf Ihren Tisch

**8,25 € pro Person**

frische Salatteller mit Beilage

**8,25 € pro Person**

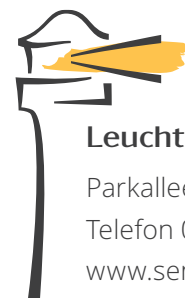
Abendbrot mit Wurst-/ Käseaufschnitt und kleiner Beilage

**3,50 € pro Person**

leckeres frisches Brot, Kuchen, Torten, Rehrücken

**Preise auf Anfrage**

Rufen Sie uns an und fordern Sie unsere Infomappe mit Speiseplan, Anmeldeformularen u.a. unverbindlich an!



### Leuchtturmküche Südbrookmerland

Parkallee 1 · 26624 Südbrookmerland  
Telefon 04942-20 260 0 · Fax 04942-20 260 40  
[www.seniorenzentrum-suedbrookmerland.de](http://www.seniorenzentrum-suedbrookmerland.de)

### Essen auf Rädern

Wir liefern Ihnen auch gerne  
unser schmackhaftes, gesun-  
des Mittagessen nach Hause.

Mittagstisch für Jung & Alt  
im Café am Park!



## Mittagskarte

## August 2022

### Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag  
11.00 Uhr - 14.00 Uhr  
Sonntag  
11.00 Uhr - 17.30 Uhr  
Mittagstisch täglich  
12.00 - 14.00 Uhr

### Weitere Angebote

Verschiedene Buffets  
Kaffee, Tee & Kuchen  
Frühstücksangebot  
Essen auf Rädern  
Familienfeiern  
Partyservice...

Sprechen Sie uns  
an, wir beraten  
Sie gerne!



	Menü 1 Vollkost	Menü 2 Leichte Vollkost	Menü 3 Vegetarisch		Menü 1 Vollkost	Menü 2 Leichte Vollkost	Menü 3 Vegetarisch		Menü 1 Vollkost	Menü 2 Leichte Vollkost	Menü 3 Vegetarisch
<b>Montag</b> 1.8.2022	Bohngestampftes mit Bratwurst, Rosinenjoghurt A, C, D, I, 7, 10	Nudeln mit Carbonarasauce, dazu gemischter Salat, Rosinenjoghurt B, C, H, IW, 7, 10	Ratatouille-Gemüse mit Kräuterrreis und gemischtem Salat, Rosinenjoghurt C, 7, 10	<b>Dienstag</b> 9.8.2022	Kasselerbraten mit Sauce, Salzkartoffeln und Sauerkraut, Apfelkompott A, B, C, H, IW, 9	Chili con carne mit Reis, Apfelkompott C, IW	Gemüse-Nudelpfanne mit Paprika, Zucchini und Tomaten, dazu ein gemischter Salat, Kirschjoghurt C, IW, 7, 10	<b>Mittwoch</b> 17.8.2022	Krustenbraten mit Specksauce, Erbsengemüse und Salzkartoffeln, Pudding mit Mandelgeschmack B, C, H, IW, 7	Putencurry mit Butterreis und Mischgemüse, Pudding mit Mandelgeschmack A, IW, 7, 9	Champignoncremesuppe Milchreis mit Kirschsauce A, I, K, IW, 7
<b>Dienstag</b> 2.8.2022	Geschmorte Hähnchenschenkel mit Kohlrabi und Salzkartoffeln, Pudding mit Kirschgeschmack A, K, IW, 7	Kohlrabiauflauf mit Speckwürfeln, Pudding mit Kirschgeschmack A, B, C, H, K, 3, 7	Blumenkohl-Broccoli-Auflauf mit Käsesauce, Pudding mit Kirschgeschmack A, H, K, IW, 3, 7	<b>Mittwoch</b> 10.8.2022	Gyrossuppe mit Brötchen, Pudding mit Fruchtgeschmack A, I, IW, 7	Nudel-Schinken-Gemüsepfanne mit Frühlinglauch und Sauce, Pudding mit Fruchtgeschmack A, B, C, H, IW, 7	Falafelbällchen mit Tomatenreis und buntem Gemüse, Apfelkompott A, IW, 9	<b>Donnerstag</b> 18.8.2022	Hausgemachter Kartoffelsalat mit Frikadelle und Senf, Berliner C, I, IW, 3, 7, 10	Hähnchenbrust mit Basilikumsauce, Kräuterrreis und Tomatensalat, Berliner C, IW, 3, 7, 10	Käsespätzle mit Röstzwiebeln, dazu ein Tomatensalat, Berliner C, I, IW, 3, 7, 10
<b>Mittwoch</b> 3.8.2022	Frikadelle mit Sauce, Sommergemüse und Salzkartoffeln, Nusscreme C, D, H, IW, 7, 9	Geflügelspieß mit Sommergemüse und Tomatenreis, Nusscreme IW, 7	Tomatencremesuppe Reibekuchen mit Apfelmus C, I, IW, 3, 7	<b>Donnerstag</b> 11.8.2022	Paniertes Schnitzel mit Paprikasauce, Bratkartoffeln und einem Bauernsalat, Zitronencreme B, C, H, IW, 7, 9, 10	Überbackener Blumenkohl mit Kochschinkenstreifen in Bechamelsauce, dazu Salzkartoffeln, Zitronencreme B, C, H, IW, 7	Broccolicesuppe, Mehlplütt mit Birnenkompott und Vanillesauce A, I, IW, 3, 7	<b>Freitag</b> 19.8.2022	Gebratener Seelachs mit Sauce, Spinat und Kartoffeln, Pudding mit Vanillegeschmack A, IW, 4, 7, 9	Gemüseintopf mit Fleischklößchen, dazu ein Brötchen, Pudding mit Vanillegeschmack A, C, IW, 3, 6, 7, 9, 10	Waldpilzragout mit Semmelknödeln, Pudding mit Vanillegeschmack A, IW, 3, 7
<b>Donnerstag</b> 4.8.2022	Hähnchenschnitzel mit Zwiebeln und Champignonsauce, dazu Bratkartoffeln und Tomatensalat, Zitronenquark B, C, H, IW, 7, 10	Hackbällchen "Toskana" mit Ratatouillegemüse und Butterreis, Zitronenquark IW, 3, 7, 10	Omeletteauflauf (Kartoffeln, Tomaten, Champignons, Ei), dazu eine Gewürzgurke Zitronenquark B, J, 3, 7	<b>Freitag</b> 12.8.2022	Gebratener Seelachs mit Dill-Sahnesauce, Mischgemüse und Salzkartoffeln, Mandarinenquark IW, 4, 7, 10	Gemüse-Reispfanne mit Champignons und Hühnerfleisch, Mandarinenquark 7, 9	Schupfnudelpfanne mit Gemüse, Zitronencreme IW, 3, 7	<b>Samstag</b> 20.8.2022	Kartoffelsuppe mit Bockwurst, Nektarine B, C, D, H, J	Asiatische Gemüspfanne mit Nudeln und Hühnerfleisch, Nektarine IW, 6	Tomatencremesuppe Kaiserschmarrn mit Zimtucker I, IW, 3, 7
<b>Freitag</b> 5.8.2022	Schweinerückensteak gratiniert mit Tomate und Mozzarella, dazu Zwiebelsauce und Bratkartoffeln Pudding mit Mandelgeschmack B, C, H, IW, 3, 7, 9	Fischfilet auf Gemüsestreifen gedünstet mit Weißweinsauce und Salzkartoffeln, Pudding mit Mandelgeschmack A, IW, 4, 7	Gemüse-Spätzlepfanne mit Champignons, Pudding mit Mandelgeschmack A, IW, 3, 7, 9	<b>Samstag</b> 13.8.2022	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch dazu ein Brötchen, Banane I, IW, 7	Pichelsteiner Eintopf mit Brötchen, Banane B, C, H, I, IW, 3, 6, 7, 9, 10	Tortellini in Tomatensauce, dazu ein gemischter Salat, Mandarinenquark C, D, IW, 3, 7, 10	<b>Sonntag</b> 21.8.2022	Kartoffel-Gemüsecremesuppe, Schweinenackenbraten mit Sauce, grünen Bohnen und Salzkartoffeln, Rote Grütze mit Vanillesauce A, I, IW, 7, 9, 10	Kartoffel-Gemüsecremesuppe, Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Kartoffeln und Mischgemüse, Rote Grütze mit Vanillesauce A, C, IW, 7	Kartoffel-Gemüsecremesuppe, Gemüse-Maultaschen mit Spinat-Käsesauce, Rote Grütze mit Vanillesauce A, H, I, J, IW, 3, 7, 9
<b>Samstag</b> 6.8.2022	Warmer Kartoffelsalat mit Bockwurst, Birne B, C, D, H, 7, 10	Pikanter Hühnereintopf mit Suppenklößen und einem Brötchen, Birne I, IW, 3, 7, 9	Karottensüppchen, Kaiserschmarrn mit Vanillesauce A, I, IW, 3, 7	<b>Sonntag</b> 14.8.2022	Kürbis-Möhrensuppe, Backschinken in Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce A, B, C, I, J, IW, 7, 9, 10	Kürbis-Möhrensuppe, Hähnchenbrust mit Paprikasauce, Broccoli und Reis, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce A, I, IW, 7, 9	Eier in Senfsauce mit Salzkartoffeln und Spinat, Banane IW, 3, 7, 10	<b>Montag</b> 22.8.2022	Schnippelbohngestampftes mit Kasseler, Zitronenjoghurt B, C, H, I, 7	Gyros mit Tzatziki-Dip, Djuwettschreis und Krautsalat, Zitronenjoghurt A, D, 7	Buntes Gemüseragout mit Fetawürfeln und Butterspätzle, Zitronenjoghurt IW, 3, 7
<b>Sonntag</b> 7.8.2022	Gemüsecremesuppe Rinderroulade mit Sauce, Broccoli und Salzkartoffeln, Grüne Grütze mit Vanillesauce A, I, J, IW, 7, 9, 10	Gemüsecremesuppe, Schweinegulasch mit Butterkartoffeln und Salzkartoffeln, Grüne Grütze mit Vanillesauce A, C, I, IW, 7, 9, 10	Gemüsecremesuppe, Sommergemüse mit Kartoffelgratin, Grüne Grütze mit Vanillesauce A, I, IW, 7	<b>Montag</b> 15.8.2022	Hackfleischsauce "Bolognese", mit Spiralnudeln, Erdbeerjoghurt IW, 7, 9	Möhrengestampftes mit Mettenenden Erdbeerjoghurt A, B, C, D, H, 7, 9, 10	Zucchini-Kartoffelauflauf mit Tomatensauce, Erdbeerjoghurt IW, 7	<b>Dienstag</b> 23.8.2022	Kohlroulade mit Specksauce und Salzkartoffeln, Fruchtquark B, C, IW, 3, 6, 7, 10	Sülze mit Remoulade, Bratkartoffeln und Gewürzgurke, Fruchtquark B, C, D, H, J, K, 3, 7, 10	Wirsing-Kartoffel-Auflauf mit Kräutersauce, Fruchtquark C, 3, 7
<b>Montag</b> 8.8.2022	Spitzkohlgestampftes mit Hackfleisch, Kirschjoghurt IW, 3, 7, 10	Gulasch mit Bohnen und Salzkartoffeln, Kirschjoghurt C, IW, 7, 10	Gemüse-Nudelpfanne mit Paprika, Zucchini und Tomaten, dazu ein gemischter Salat, Kirschjoghurt C, IW, 7, 10	<b>Dienstag</b> 16.8.2022	Geschmorte Schweinerippchen mit Sauce, Kohlrabi a la creme und Salzkartoffeln, Kirschkompott A, J, IW, 7, 9, 10	Gefüllte Paprika mit Tomatensauce und Butterreis, Kirschkompott A, J, IW, 7, 9	Gemüsenuggets mit Broccolisauce, Schwenkkartoffeln und Tomatensalat, Kirschkompott A, C, J, IW, IG, 3, 6, 7, 10	<b>Mittwoch</b> 24.8.2022	Hähnchen "Cordon Bleu" mit Pilzsauce, Erbsen, Möhren und Kartoffelpüree, Birnenkompott A, B, C, IW, 9	Zwei Fleischklöße mit Tomaten-Basilikumsauce, Butterreis und grünem Salat, Birnenkompott A, C, IW, 3, 7, 10	Erbsencremesuppe, Milchreis mit Rosinen, Zimt und Zucker C, 7, 8, 9, 10

Legende der Zusatzstoffe und Allergene	Zusatzstoffe	C	F	J	L	M	N	O	P	R	S	Allergene	1G	1H	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
	A Mit Farbstoff B Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel Geschmacksverstärker Geschwefelt	Geschwärzt Gewachst Mit Phosphat	Mit Milcheiweiß Mit Süßungsmittel Mit einer Zuckerart & Süßungsmittel	Auf Grundlage von Tafelsüßen enthält Phenylalaninquelle kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	chininhaltig koffeinhaltig bestrahlte Kräuter/Gewürze	gentechnisch verändert Sulfide	Gluten Weizen Gluten Roggen	Gluten Gerste Gluten Hafer Krebstier- & Krebstierierzeugnisse	Eier und Eierzeugnisse Fisch und Fischerzeugnisse Erdnuss und Erdnusszerzeugnisse	Soja und Sojaerzeugnisse Milch und Milcherzeugnisse, Laktose Schalenfrüchte	Sellerie Senf und Senferzeugnisse Sesamsamen und Sesamerzeugnisse	Schwefeldioxid und Sulfide Lupine Weichtiere														