

Menü 1 Vollkost

Menü 2 Leichte Vollkost

Menü 3 Vegetarisch

Montag 25.3.2019	Steckrübegestampftes mit Mettenden, Vanillejoghurt A, B, C, D, H, 7, 9	Serbisches Reisfleisch (Geflügel), Vanillejoghurt A, K, 7	Broccoli-Nußcke mit Petersiliensauce, Salzkartoffeln und gemischtem Salat, Vanillejoghurt A, C, IW, 3, 7, 8, 10
Dienstag 26.3.2019	Kohlroulade mit Specksauce und Salzkartoffeln, Pfirsichkompott B, C, K, IW, 3, 6, 7, 10	Putensteak mit Sauce, Bratkartoffeln und Farmersalat, Pfirsichkompott B, C, H, IW, 3, 7, 9, 10	Waldpilzragout mit zwei Semmelknödeln, dazu ein gemischter Salat, Pfirsichkompott C, K, IW, 3, 7, 10
Mittwoch 27.3.2019	Hühnerfrikassee mit Spargel und Champignons dazu Butterreis, Pflaumenkompott A, C, 7	Kräuterrührei mit Blattspinat und Salzkartoffeln, Pflaumenkompott A, IW, 3, 7	Broccolicesuppe, Süßer Quark-Reis-Auflauf mit Kirschsauce A, I, K, IW, 3, 7
Donnerstag 28.3.2019	Backschinken mit Sauce, Erbsen und Salzkartoffeln, Erdbeerjoghurt B, C, I, W, 7, 9, 10	Makkaroni-Hackfleischgratin mit Tomatensauce, Erdbeerjoghurt A, IW, 3, 7, 9	Kartoffelcremesuppe mit Gemüse und Räuchertofu, dazu ein Brötchen, Erdbeerjoghurt C, 6, 7, 9, 12
Freitag 29.3.2019	Gebratenes Seelachsfilet mit Dill-Sahnesauce, Salzkartoffeln und Gurkensalat, Fruchtquark A, C, IW, 4, 7, 10	Hähnchengeschnetzeltes mit Gemüsestreifen und Salzkartoffeln, Fruchtquark A, C, IW, 7, 9	Ratatouille-Gemüse, dazu Butterkartoffeln und Gurkensalat, Fruchtquark A, C, 7, 9, 10
Samstag 30.3.2019	Kartoffel-Gemüseintopf mit Fleischklößchen, Apfel C, IW, 3, 6, 7, 9, 10	Wirsingkohleintopf mit Rinderhack, Apfel 7	Champignoncremesuppe, Mehlpudding mit Birnenkompott und Vanillesauce A, I, IW, 3, 7
Sonntag 31.3.2019	Waldpilzcremesuppe, Schweinenacken mit Sauce, Blumenkohl u. Salzkartoffeln, Pudding m. Kokosgeschmack I, K, IW, 7, 9, 10	Waldpilzcremesuppe, Wildragout mit Preiselbeeren, Rotkohl und Butterspätzle, Pudding m. Kokosgeschmack I, J, K, IW, 3, 7	Waldpilzcremesuppe, Kartoffel-Gemüseauflauf mit Fetakäse und buntem Salat, Pudding m. Kokosgeschmack C, I, IW, 3, 7, 10

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

Osterbuffet

am 21. und 22. April 2019 von 12.00 bis 14.00 Uhr

Gemüsecremesuppe mit frischer Petersilie und Croutons

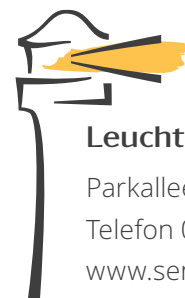
Ostereier, gemischter Bauernsalat, Tomate-Mozzarella mit Pesto, gemischter Blattsalat, Möhren-Krautsalat, mit verschiedenen Dressings

Gebratenes Seelachsfilet mit Weißweinsauce, Medaillons vom Schwein in einer Pfefferrahmsauce, Putenbrustbraten in einer Curry-Ananas-Sauce, Lammragout

Bunte frische Gemüseplatte der Saison, Rosmarinkartoffeln, Kartoffelgratin, Butterspätzle

Eierlikörtiramisu mit frischem Obstsalat, Rhabarberkompott mit Vanillecreme

pro Person 16,95 € - Wir bitten um Reservierung



Leuchtturmküche Südbrookmerland

Parkallee 1 · 26624 Südbrookmerland
Telefon 04942-20 260 0 · Fax 04942-20 260 40
www.seniorenzentrum-suedbrookmerland.de

Essen auf Rädern

Wir liefern Ihnen auch gerne unser schmackhaftes, gesundes Mittagessen nach Hause.

Mittagstisch für Jung & Alt
im Café am Park!



Leuchtturm
küche
Südbrookmerland

Mittagskarte

März 2019

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
Freitag 1.3.2019	Gebratenes Rotbarschfilet mit Kräutersauce, Bratkartoffeln und gemischtem Salat, Grüne Grütze <small>A, B, C, H, IW, 4, 10</small>	Putencurry mit Risi Bisi (Reis mit Erbsen), Grüne Grütze <small>A, IW, 7</small>	Schupfnudelpfanne mit Gemüse, Grüne Grütze <small>A, IW, 3</small>	Samstag 9.3.2019	Schnittbohneintopf mit Kasseler, Birne <small>B, C, H, I, 7</small>	Kartoffelsuppe mit Bockwurst, Birne <small>B, C, D, H, J</small>	Gemüsebrühe mit Einlage, Milchreis mit Rosinen, Zimt und Zucker <small>7, 9</small>	Sonntag 17.3.2019	Waldpilzcremesuppe, Rindergulasch mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln, Vanillequark <small>C, I, IW, 7, 10</small>	Waldpilzcremesuppe, Putenbrustbraten mit Rahmauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Vanillequark <small>I, J, IW, 7, 9</small>	Waldpilzcremesuppe, Frühlingsrolle „Gärtnerin“ mit Curryreis, Vanillequark <small>I, IW, 3, 6, 7, 9, 10</small>
Samstag 2.3.2019	Erbsensuppe mit Wiener Würstchen, Apfel <small>B, C, H, I, 7, 9, 10</small>	Möhren-Kartoffeleintopf mit Mettwurst, Apfel <small>B, C, D, H, 7, 10</small>	Kartoffel-Gemüseintopf, dazu ein Brötchen, Apfel <small>I, IW</small>	Sonntag 10.3.2019	Lauchcremesuppe, Rinderschmorbraten mit Sauce, Blumenkohl und Salzkartoffeln, Apfel-Zimtquark <small>I, IW, 7, 9, 10</small>	Lauchcremesuppe, Putensteak mit Pilzsauce, Mischgemüse und Röstitaler, Apfel-Zimtquark <small>I, IW, 7, 9</small>	Lauchcremesuppe, Gemüse-Maultaschen mit Spinat-Käsesauce und buntem Salat, Apfel-Zimtquark <small>A, C, H, I, J, IW, 3, 7, 9, 10</small>	Montag 18.3.2019	Buskohlgestampftes mit Bratwurst, Stracciatellajoghurt <small>B, C, D, H, 7</small>	Kartoffel-Hackfleisch-Auflauf mit Käsesauce, Stracciatellajoghurt <small>H, IW, 3, 7, 10</small>	Frischkäsetaschen mit Rahmgemüse, Stracciatellajoghurt <small>IW, 7</small>
Sonntag 3.3.2019	Kürbissuppe mit Ingwer, Snirtjebraten mit Sauce, Rotkohl und Butterkartoffeln, Dessertkuchen <small>H, J, IW, 3, 7, 10</small>	Kürbissuppe mit Ingwer, Hähnchenspieß mit Sauce, Broccoli und Salzkartoffeln, Dessertkuchen <small>H, IW, 3, 7, 9</small>	Kürbissuppe mit Ingwer, Buntes Gemüseragout mit Fetawürfeln, dazu Butter-spätzle, Dessertkuchen <small>H, IW, 3, 7</small>	Montag 11.3.2019	Ostfriesische Bohnensuppe mit Fleischeinlage, Erdbeerjoghurt <small>B, C, H, 7, 9, 10</small>	Gefüllte Paprika mit Hackfleisch, Basilikumsauce und Salzkartoffeln, Erdbeerjoghurt <small>IW, 7</small>	Kartoffelcremesuppe mit einem Brötchen, Erdbeerjoghurt <small>C, 7, 9</small>	Dienstag 19.3.2019	Paniertes Kotelett mit Rahm-Porreegemüse und Salzkartoffeln, Zimt-Kirschkompott <small>A, J, IW, 3, 6, 7</small>	Rinderhacksteak mit Sauce, Balkangemüse und Röstitalern, Zimt-Kirschkompott <small>A, J, IW, 3, 9</small>	Blumenkohl-Broccoli-Auflauf mit Schnittlauchsauce, Zimt-Kirschkompott <small>A, J, IW, 3, 7</small>
Montag 4.3.2019 Rosenmontag	Steckrübengestampftes mit Haxenfleisch, Himbeerjoghurt <small>7, 9, 10</small>	Reissuppe mit Gemüse und Fleischklößchen, Himbeerjoghurt <small>IW, 3, 6, 7, 10</small>	Gemüse-Reispfanne süß-sauer, Himbeerjoghurt <small>7, 9</small>	Dienstag 12.3.2019	Krustenbraten mit Sauce, Sauerkraut und Kartoffelpüree, Grießpudding <small>B, C, H, IW, 7, 9, 10</small>	Bauernauflauf mit Schinken und Gewürzgurke, Grießpudding <small>B, C, J, IW, 3, 7, 10</small>	Bami Goreng vegetarisch, Grießpudding <small>IW, 6, 7</small>	Mittwoch 20.3.2019	Leberkäse mit Sauerkraut und Kartoffelpüree, Ananas <small>C, H, 7</small>	Putenbraten mit Sauce, Blumenkohl und Kartoffeln, Ananas <small>IW</small>	Möhrensuppe, Apfelpfannkuchen mit Vanillesauce <small>A, I, IW, 7</small>
Dienstag 5.3.2019 Fastnacht	Bauchfleisch mit Sauce, dicken Bohnen und Salzkartoffeln, Birne Helene <small>IW, 7, 9</small>	Hähnchengeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Butterkarotten und Reis, Birne Helene <small>B, C, J, IW, 7, 10</small>	Eier in Senfsauce mit Blattspinat in Rahm und Salzkartoffeln, Birne Helene <small>IW, 3, 7, 10</small>	Mittwoch 13.3.2019	Paniertes Schweineschnitzel mit Paprikasauce, Bratkartoffeln und Krautsalat, Birne <small>B, C, H, IW, 9</small>	Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Mischgemüse und Salzkartoffeln, Birne <small>C, IW, 7</small>	Gemüsecremesuppe, Mehlpütt mit Birnenkompott und Vanillesauce <small>A, I, IW, 3, 7</small>	Donnerstag 21.3.2019	Pikante Gyrossuppe mit Brötchen, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce <small>A, I, IW, 7</small>	Buntes Gemüseragout mit Schinkenstreifen und Salzkartoffeln, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce <small>A, B, C, H, IW, 7</small>	Tortellini in Basilikumsauce, dazu ein Chinakohlsalat, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce <small>A, C, D, IW, 3, 7, 10</small>
Mittwoch 6.3.2019 Aschermittw.	Geschmorte Schweine-rippchen mit Sauce, Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln, Banane <small>IW, 7, 9, 10</small>	Geflügelsuppe mit Gemüstreifen, dazu ein Brötchen, Banane <small>IW, I, 7, 9</small>	Tomatencremesuppe, Gefüllte Eierpfannkuchen mit Vanillesauce <small>A, I, IW, 3, 7</small>	Donnerstag 14.3.2019	Schweineroulade mit Sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln, Pudding mit Karamellgeschmack <small>B, C, H, IW, 6, 7, 9, 10</small>	Nudel-Schinken-Pfanne mit Gemüse und Käsesauce, Pudding mit Karamellgeschmack <small>B, C, H, IW, 7</small>	Italienische Gemüsepfanne mit Nudeln, Pudding mit Karamellgeschmack <small>IW, 7</small>	Freitag 22.3.2019	Paniertes Seelachsfilet mit Dill-Senf-Sauce, Spinat und Salzkartoffeln, Birnenkompott <small>A, IW, 4</small>	Frische Bratwurst mit Kohlrabi à la Crème und Salzkartoffeln, Birnenkompott <small>C, D, H, IW, 7</small>	Tofu-Crossies, dazu Tomatensauce, Salzkartoffeln und gemischter Salat, Birnenkompott <small>A, C, IW, IG, 3, 6, 7, 10</small>
Donnerstag 7.3.2019	Geschmorte Hähnchenkeule mit Geflügelsauce, Erbsen und Möhren, Bratkartoffeln, Götterspeise m. Vanillesauce <small>A, B, C, H, IW, 7</small>	Hackbällchen „Toskana“ mit Salzkartoffeln und gemischtem Salat, Götterspeise mit Vanillesauce <small>A, C, IW, 3, 7, 10</small>	Gemüseschnitzel mit heller Sauce, Bratkartoffeln und gemischtem Salat, Götterspeise mit Vanillesauce <small>A, C, IW, 7, 10</small>	Freitag 15.3.2019	Zwei Fischfrikadellen mit Kräutersauce, Bratkartoffeln und Bohnensalat, Kirschkompott <small>A, B, C, H, IW, 3, 4, 6, 7, 10</small>	Fleischspieß mit Paprikasauce, Erbsen und Salzkartoffeln, Kirschkompott <small>A, IW, 9</small>	Blumenkohlmedallions mit Kressesauce, Salzkartoffeln und Bohnensalat, Kirschkompott <small>A, C, IW, 7, 10</small>	Samstag 23.3.2019	Kartoffelsalat mit Schnitzel, Banane <small>C, IW, 3, 7, 10</small>	Pikanter Hühnereintopf dazu ein Brötchen, Banane <small>IW, 3, 7, 9</small>	Kartoffel-Gemüsegratin mit Sahnesauce, Banane <small>A, IW, 7</small>
Freitag 8.3.2019	Sülze mit Remoulade und Bratkartoffeln, dazu ein Gurkensalat, Pfirsichkompott <small>B, C, D, H, J, K, 3, 7, 10</small>	Gebratenes Fischfilet mit Zitronensauce, Mandelbroccoli und Salzkartoffeln, Pfirsichkompott <small>K, IW, 4, 7, 8</small>	Gemüsecanonloni in Tomaten-Sahnesauce, dazu ein grüner Salat, Pfirsichkompott <small>C, K, IW, 3, 7, 9, 10</small>	Samstag 16.3.2019	Deftige Linsensuppe mit Kasselerwürfeln, Mandarine <small>B, C, D, H, 7, 9, 10</small>	Nudelsalat mit Frikadelle, Mandarine <small>B, C, H, IW, 3, 7, 10</small>	Gemüseschnitzel mit Petersiliensauce, Röstinchen und Broccoli, Mandarine <small>IW, 7</small>	Sonntag 24.3.2019	Steckrübencremesuppe, Snirtjebraten in Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme <small>C, I, J, IW, 7, 9, 10</small>	Steckrübencremesuppe, Hähnchengeschnetzeltes mit Broccoli und Reis, Buttermilchcreme <small>C, I, IW, 7</small>	Steckrübencremesuppe, Rahmspitzkohl mit Salzkartoffeln, Buttermilchcreme <small>C, I, IW, 7</small>

Legende der Zusatzstoffe und Allergene	Zusatzstoffe	C	F	J	L	M	N	O	P	Q	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- & Krebstiererzeugnisse	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														