

Menü 1 Vollkost

Menü 2 Leichte Vollkost

Menü 3 Vegetarisch

Mittwoch
25.9.2019

Sauerbraten mit Sauce,
grünen Bohnen und
Schwenkkartoffeln,
Quarkspeise mit Honig
I, W, 7, 9

Deftiger Kartoffel-Gemüse-
eintopf mit Fleischklößen
und einem Brötchen,
Quarkspeise mit Honig
I, W, 3, 6, 7, 9, 10

Kartoffelcremesuppe,
Kaiserschmarrn
mit Zimt und Zucker
C, W, 3, 7, 9, 12

Donnerstag
26.9.2019

Paniertes Schweineschnitzel
mit Jägersauce, Erbsen und
Möhren, dazu Salzkartoffeln,
Orangencreme
A, C, W, 7, 9

Hähnchenspieß
mit Sauce, Broccoli
und Salzkartoffeln,
Orangencreme
W

Zucchini mit Gemüse-
Grießfüllung, Tomatensauce
und gemischtem Salat,
Orangencreme
A, C, W, 7, 10

Freitag
27.9.2019

Grobe Bratwurst
mit Kohlrabi à la Crème
und Salzkartoffeln,
Dessertkuchen
A, C, D, H, W, 3, 7, 10

Seelachsfilet gedünstet,
Kräutersauce, Spinat und
Salzkartoffeln,
Dessertkuchen
H, W, 3, 4, 7

Bami Goreng,
Dessertkuchen
H, W, 3, 6, 7

Samstag
28.9.2019

Graupensuppe
mit Würstcheneinlage,
Apfel
B, C, H, W, 9

Schweizer Wurstsalat
mit Brötchen,
Apfel
B, C, D, H, I, J, W, 10

Broccolicremesuppe,
Mehlpütt
mit Birnenkompott
und Vanillesauce
A, I, W, 3, 7

Sonntag
29.9.2019

Rinderbrühe, Pökelfleisch
vom Rind m. Sauce, Bohnen-
gemüse und Salzkartoffeln,
Pudding mit Karamellgeschmack
W, 7, 9

Rinderbrühe, Backschinken
mit Sauerkraut
und Kartoffelpüree,
Pudding mit Karamellgeschmack
B, C, 7, 9, 10

Gemüsebrühe, Canneloni mit
Gemüsefüllung, Tomaten-
Kräuter-Sauce, Gurkensalat,
Pudding mit Karamellgeschmack
C, W, 3, 7, 9, 10

Montag
30.9.2019

Hähnchen „Cordon Bleu“
mit Rahmsauce,
Rotkohl und Kartoffeln,
Erdbeerjoghurt
B, J, W, 7

Gestampfte Möhren
mit Mettwurst,
Erdbeerjoghurt
A, B, C, D, 7, 9, 10

Waldpilzragout
mit Semmelknödeln,
Erdbeerjoghurt
W, 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

„Essen wie bei Mutttern“

Am 8. September 2019 von 12.00 bis 14.00Uhr

Hochzeitssuppe

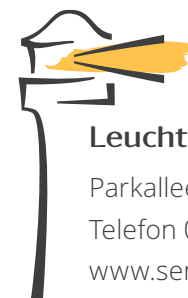
Rinderrouladen, Schweinebraten, Putenbrustbraten

Rotkohl, Gemüseplatte, Blumenkohl mit Sauce Hollandaise,
Salzkartoffeln, Bratkartoffeln und Kroketten

Salatbuffet mit zwei verschiedenen Dressings

Dessertauswahl

pro Person 15,00 € - 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, gesun-
des Mittagessen nach Hause.

Mittagstisch für Jung & Alt
im Café am Park!



Leuchtturm
küche
Südbrookmerland

Mittagskarte

September 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
Sonntag 1.9.2019	Zwiebelsuppe, Zigeuner- gulasch mit Rotkohl und Salzkartoffeln, Vanillecreme J, IW, 7, 10	Zwiebelsuppe, Rinderschmorbraten mit Sauce, grünen Bohnen und Salzkartoffeln, Vanillecreme IW, 7, 9, 10	Zwiebelsuppe, Gemüse-Maultaschen mit Spinat-Käsesauce und buntem Salat, Vanillecreme A, C, H, J, IW, 3, 7, 9, 10	Montag 9.9.2019	Wirsingkohleintopf mit Rinderhack und Kartoffelwürfeln, Pfersich-Maracuja-Joghurt 7	Penne-Nudeln mit Putenstreifen und Gemüse-Käsesauce, Pfersich-Maracuja-Joghurt H, IW, 7	Vegetarische Bolognesesauce mit Spiralnudeln, Pfersich-Maracuja-Joghurt 7, 9	Dienstag 17.9.2019	Pikanter Hackbraten mit Sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln, Milchreis mit Kirschsauce A, B, H, K, IW, 3, 7, 9, 10	Schinkenspätzle mit buntem Gemüse und Kräutersauce, Milchreis mit Kirschsauce A, B, C, H, K, IW, 3, 7	Buntes Gemüseragout mit Fetawürfeln und Butterreis, Milchreis mit Kirschsauce A, K, IW, 7
Montag 2.9.2019	Möhrengestampftes mit geräucherten Mettenden, Zitronenjoghurt A, B, C, D, 7	Rinderhacksteak mit Jägersauce, Balkangemüse und Röstitalern, Zitronenjoghurt C, IW, 3, 7, 9	Tomaten-Paprika- Kartoffel-Auflauf mit Sauerrahmsauce, Zitronenjoghurt IW, 3, 7	Dienstag 10.9.2019	Erbsensuppe mit Bockwurst, Pudding mit Moccageschmack B, C, H, I, 7, 9, 10	Gefüllte Paprika mit Basilikumsauce und Butterreis, Pudding mit Moccageschmack IW, 7	Blumenkohl-Broccoli-Auflauf mit Lauchsauce, dazu Salzkartoffeln, Pudding mit Moccageschmack A, IW, 3, 7	Mittwoch 18.9.2019	Linsensuppe mit Rindfleischleinlage, Götterspeise mit Vanillesauce A, B, C, H, 7, 9, 10	Hühnerfrikassee mit Curryreis und Möhrensalat, Götterspeise mit Vanillesauce A, 7,	Lauchsuppe, Gefüllte Eierpfannkuchen mit Vanillesauce A, I, IW, 3, 7
Dienstag 3.9.2019	Fleischspieß mit Paprika- sauce, Bratkartoffeln und Gurkensalat, Pudding mit Pistaziengeschmack A, B, C, H, IW, 7, 8, 9, 10	Hähnchengeschnetzeltes mit Erbsengemüse und Kartoffelpüree, Pudding mit Pistaziengeschmack A, C, IW, 7, 8, 7	Gemüseschnitzel mit Basili- kumsauce, Kartoffelpüree und Gurkensalat, Pudding mit Pistaziengeschmack A, C, IW, 7, 8, 10	Mittwoch 11.9.2019	Currybratwurst mit Bratkartoffeln und Krautsalat, Birne A, B, C, H, J, 9	Buntes Rindfleischragout mit Mischgemüse und Salzkartoffeln, Birne IW	Waldpilzcremesuppe, Milchreis mit Rosinen, Zimt und Zucker I, IW, 7	Donnerstag 19.9.2019	Leberragout in Apfel-Zwiebel- sauce mit Erbsengemüse und Kartoffelpüree, Pudding mit Schokogeschmack u. Vanillesauce A, C, IW, 7, 9	Spaghetti mit Hackfleisch- Gemüsesauce, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce IW, 7, 9	Gemüse-Pizza und bunter Salat, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce A, C, IW, 7, 10
Mittwoch 4.9.2019	Lasagne mit Käse überbacken, Obstsalat A, C, IW, 3, 7, 9, 10	Putensteak „Hawaii“ mit Currysauce, Butterspätzle und Möhrensalat, Obstsalat C, IW, 3, 7, 10	Lauchcremesuppe, Süße Milchnudeln mit Pfirsichsauce I, IW, 7	Donnerstag 12.9.2019	Pikante Gyrossuppe mit Brötchen, Pudding mit Schokoge- schmack und Vanillesauce A, I, IW, 7	Hähnchenschnitzel mit Kräuter- sauce, Buttermöhren u. Kartoffel- rösties, Pudding mit Schokoge- schmack und Vanillesauce A, IW, 7	Bratkartoffeln mit Rührei und Gewürzgurke, Pudding mit Schokogeschmack und Vanillesauce A, B, C, H, J, 3, 7	Freitag 20.9.2019	Cordon Bleu vom Schwein mit Sauce, Blumenkohl und Salzkartoffeln, Pudding mit Moccageschmack IW, 7, 9	Matjes mit Hausfrauen- sauce, Salzkartoffeln und Gurkensalat, Pudding mit Moccageschmack B, C, IW, 4, 7, 10	Gemüse-Reispfanne mit Sweet-Chili-Sauce, Pudding mit Moccageschmack K, 7, 9
Donnerstag 5.9.2019	Ostfriesische Bohnensuppe mit Rindfleischleinlage, Dessertkuchen B, C, D, H, IW, 3, 7, 9, 10	Putenbratwurst mit Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree, Dessertkuchen C, H, IW, 3, 7, 9	Eier in Senfsauce mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, Dessertkuchen H, IW, 3, 6, 7, 10	Freitag 13.9.2019	Kohlroulade mit Specksauce und Salzkartoffeln, Apfelmus B, C, IW, 3, 6, 7, 10	Gebratenes Rotbarschfilet mit Dill-Sauce, Salzkartof- feln und gemischtem Salat, Apfelmus C, IW, 4, 7, 10	Deftige Gemüsecremesuppe mit Brötchen, Apfelmus C, I, IW, 7	Samstag 21.9.2019	Nudelsalat mit Frikadelle, Banane B, C, H, IW, 3, 7, 10	Pichelsteiner Eintopf mit Kasselerwürfeln, Banane B, C, H, IW, 3, 6, 7, 9, 10	Lauchcremesuppe, Reibpfannkuchen mit Apfelmus C, I, IW, 3, 7
Freitag 6.9.2019	Hähnchenschnitzel mit Kohlrabi in Rahm und Salzkartoffeln, Rhabarber mit Vanillesauce A, IW, 7	Fischfilet gedünstet mit Kräutersauce, Salzkartoffeln und Broccoli, Rhabarber mit Vanillesauce A, 4, 7	Makkaronipfanne mit Gemüse und Ei, Tomatensauce, Rhabarber mit Vanillesauce A, IW, 3, 6, 7	Samstag 14.9.2019	Kartoffelsuppe mit zwei Wiener Würstchen, Orange B, C, D, H, J	Nasi Goreng mit Hähnchenfleisch, Orange IW, 6	Tomatencremesuppe, Mehlpütt mit Birnenkompott und Vanillesauce A, I, IW, 3, 7	Sonntag 22.9.2019	Hühnersuppe, Rinderroulade mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme J, IW, 3, 7, 9, 10	Hühnersuppe, Hähnchenbrust- filet „Hawaii“ mit Curry-Frucht- sauce, Reis und Chinakohlsalat, Buttermilchcreme C, IW, 3, 7, 9, 10	Gemüsesuppe, Vegetarisches Chili mit Chinakohl-Salat, Buttermilchcreme C, I, IW, 6, 7, 10
Samstag 7.9.2019	Kartoffelsalat mit Backschinken, Apfel B, C, 3, 7, 9, 10	Gemüseintopf mit Hühnerfleisch und Nudeln, Apfel C, IW, 9	Gemüse-Reispfanne mit Sweet-Chili-Sauce, Apfel K, 9	Sonntag 15.9.2019	Champignoncremesuppe, Schweinenackenbraten m. Sauce, Rotkohl u. Salzkartoffeln, Sauerrahmdessert Mandarine I, J, IW, 7, 9, 10	Champignoncremesuppe, Zwei Fleischklöße in Tomatensauce mit Butterreis und grünem Salat, Sauerrahmdessert Mandarine C, I, IW, 3, 7, 10	Champignoncremesuppe, Asiatische Gemüsepfanne mit Nudeln, Sauerrahm- dessert Mandarine I, IW, 3, 7, 9	Montag 23.9.2019	Ostfriesische Bohnensuppe mit Wiener Würstchen, Kirschjoghurt B, C, D, H, 7, 9, 10	Hirtenrolle mit Tomatenreis und buntem Gemüse, Kirschjoghurt IW, 3, 6, 7	Gemüselasagne mit Käsesauce, Kirschjoghurt IW, 3, 7, 9
Sonntag 8.9.2019	Buffet „Essen wie bei Müttern“	Buffet „Essen wie bei Müttern“	Buffet „Essen wie bei Müttern“	Montag 16.9.2019	Geschmorte Hähnchen- schenkel mit Möhren und Salzkartoffeln, Fruchtjoghurt 7, 9	Spitzkohleintopf mit Rindfleisch, Fruchtjoghurt B, H, 7	Gemüsebratling mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln, Fruchtjoghurt IW, 3, 7, 9	Dienstag 24.9.2019	Überbackener Blumenkohl mit Kochschinkenstreifen in Becha- melsauce, dazu Salzkartoffeln, Pudding mit Karamellgeschmack B, C, H, IW, 7	Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Bouil- lonkartoffeln und Rote Bete, Pudding mit Karamellgeschmack C, J, IW, 7	Wirsing-Kartoffel- Champignon-Auflauf mit Bechamelsauce, Pudding mit Karamellgeschmack C, IW, 3, 7

Legende der Zusatzstoffe und Allergene

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