

## Menü 1 Vollkost

## Menü 2 Leichte Vollkost

## Menü 3 Vegetarisch

**Freitag**  
25.10.2019

Kalter Braten mit Remoulade und Bratkartoffeln, dazu ein bunter Salat, Pudding mit Fruchtgeschmack  
B, C, H, I, K, IW, 3, 7, 10

Fischfilet auf Gemüsestreifen gedünstet mit Zitronen-Dill-Sauce, Spinat und Salzkartoffeln, Pudding mit Fruchtgeschmack  
A, C, IW, 4, 7

Sauerkrautauflauf mit Zwiebelsauce, Pudding mit Fruchtgeschmack  
A, C, IW, 3, 7, 9

**Samstag**  
26.10.2019

Deftiger Linseneintopf mit Bockwurst, Berliner

B, C, H, I, IW, 3, 7, 9, 10

Weißkohlgestampft mit Hackfleisch, Berliner

7

Lauchcremesuppe, Reibepfannkuchen mit Apfelmus

C, I, IW, 3, 7

**Sonntag**  
27.10.2019

Gemüsebrühe, Snirtje Braa mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme  
J, IW, 7, 9, 10

Gemüsebrühe, Hähnchenbrust mit Sauce, Mischgemüse und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme  
IW, 7, 9

Gemüsebrühe, Kartoffel-Gemüsepfanne mit Petersiliensauce, Buttermilchcreme  
IW, 7, 9

**Montag**  
28.10.2019

Graupensuppe mit Rindfleischinlage, Erdbeerjoghurt

IW, 7, 9

Putenbratwurst mit Paprikasauce, Röstitalern und Gurkensalat, Erdbeerjoghurt

C, IW, 7, 9, 10

Pikante Kartoffeln mit Kräuterquark, Erdbeerjoghurt

7

**Dienstag**  
29.10.2019

Kohlroulade mit Specksauce und Bratkartoffeln, Fruchtquark

A, B, C, H, IW, 3, 6, 7, 10

Beefsteak mit Specksauce, grünen Bohnen und Bratkartoffeln, Fruchtquark

A, B, C, H, IW, 3, 7, 9

Makkaroni-Pfanne mit Gemüse und Ei, Fruchtquark

A, C, IW, 3, 7

**Mittwoch**  
30.10.2019

Geschmorte Schweinerippchen mit Sauce, Spitzkohl in Rahm und Salzkartoffeln, Pudding mit Mandelgeschmack

A, B, H, IW, 7, 9, 10

Nudel-Schinkenpfanne mit Gemüse und Schnittlauchsauce, Pudding mit Mandelgeschmack

A, B, C, H, IW, 3, 7

Blumenkohlcremesuppe, Milchreis mit Kirschsauce

A, I, K, IW, 7

**Donnerstag**  
31.10.2019  
Reformationstag

Waldpilzcremesuppe, Schweinegulasch mit grünen Bohnen und Petersilienkartoffeln, Apfelmus

C, I, IW, 7, 10

Waldpilzcremesuppe, Bunte Nudeln mit Funghi-Hackfleischsauce, dazu ein gemischter Salat, Apfelmus

C, I, IW, 7, 9, 10

Waldpilzcremesuppe, Frischkäsetaschen mit Ratatouillegemüse, Apfelmus

C, I, IW, 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

## „Oktoberfest - Bayrisches Buffet“

Am 6. Oktober 2019 von 12.00 bis 14.00 Uhr

Kraftbrühe mit Croutons, verschiedene Salate

Kleine Grillhaxe, Broiler Schenkel, Weißwurst, Nürnberger Rostbratwürste, Backschinken dazu Sauerkraut, Rotkohl

Kroketten, Kartoffelknödel, Kartoffelpüree, Kartoffeln, Käseplatte mit bayrischen Käsesorten, süßer Senf

Laugenbrezeln, Brotkorb mit Buttervariationen

Dessertauswahl

pro Person 16,50 € - 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!



## Mittagskarte

### Oktober 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	
<b>Dienstag</b> 1.10.2019	Schweinegeschnetzeltes mit Nudeln und gemischtem Salat, Pudding mit Vanillegeschmack und Himbeersirup A, C, IW, 7, 10	Schmorkohl mit Hackfleisch und Kartoffelpüree, Pudding mit Vanillegeschmack und Himbeersirup B, C, H, 7	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Broccolisauce, Pudding mit Vanillegeschmack und Himbeersirup A, IW, 7		<b>Mittwoch</b> 9.10.2019	Schweinegulasch mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln, Birnenkompott A, C, IW, 10	Gefüllte Paprika mit Hackfleisch, Tomatensauce und Reis, Birnenkompott A, IW		<b>Donnerstag</b> 17.10.2019	Leberragout in Apfel-Zwiebelsauce mit Erbsengemüse und Kartoffelpüree, Pudding mit Mandelgeschmack C, IW, 7, 10	Bratwurstschnecke mit Erbsen und Kartoffelpüree, Pudding mit Mandelgeschmack C, 7	Gemüse-Pizza und Bohnensalat, Pudding mit Mandelgeschmack C, IW, 7, 10
<b>Mittwoch</b> 2.10.2019	Sülze mit Remoulade und Bratkartoffeln, dazu ein gemischter Salat, Pflaumenkompott A, B, C, D, H, K, 3, 7, 10	Gemüse-Spätzlepfanne mit Champignons und Schinken-Sahne-Sauce, Pflaumenkompott A, B, C, H, IW, 3, 7, 9	Tomatencremesuppe, Milchnudeln mit Pfirsichsauce IW, 7		<b>Donnerstag</b> 10.10.2019	Dicke Bohnen mit Bauchspeck und Salzkartoffeln, Götterspeise mit Vanillesauce A, IW, 7	Hähnchengeschnetzeltes mit Butterkarotten und Spätzle, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, IW, 7		<b>Freitag</b> 18.10.2019	Labskaus mit Rollmops, Kaffeeccreme B, C, H, J, 4, 7, 9, 10	Nudel-Schinken-Auflauf mit Gemüse in Sauerrahmsauce, Kaffeeccreme B, C, H, IW, 3, 7	Broccoli-Kartoffelauflauf mit Kräutersauce, Kaffeeccreme A, 3, 7
<b>Donnerstag</b> 3.10.2019 Tag d. Dt. Einheit	Erbsencremesuppe, Gebratene Entenkeule mit Sauce, Finger- möhren und Kartoffelklößen, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, IW, 3, 7, 8, 9, 10	Erbsencremesuppe, Wildragout mit Rotkohl und Kartoffeln, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, J, IW, 7, 8, 9, 10	Erbsencremesuppe, Gemüse-Ravioli mit Basilikumsauce und gemischtem Blattsalat, Götterspeise mit Vanillesauce C, IW, 7, 8, 9, 10		<b>Freitag</b> 11.10.2019	Wirsing Kohl mit Hackfleisch und Kartoffelwürfeln, Apfelmus C, 7	Gebratenes Rotbarschfilet mit Salzkartoffeln und buntem Salat, Apfelmus C, IW, 4, 10		<b>Samstag</b> 19.10.2019	Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat, Banane C, IW, 7, 10	Gulaschsuppe mit Brötchen, Banane C, I, IW, 9, 10	Blumenkohlcremesuppe, Gefüllte Eierpfannkuchen mit Vanillesauce A, I, IW, 3, 7
<b>Freitag</b> 4.10.2019	Geschmorte Schweineschulter mit Sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln, Berliner B, H, IW, 3, 10	Fischfilet auf Gemüsestreifen gedünstet, mit Zitronen-Dill-Sauce, Salzkartoffeln und Gurkensalat, Berliner C, IW, 3, 7, 9, 10	„Minestrone“ Italienische Gemüsesuppe mit Nudeln, Berliner IW, 3, 9		<b>Samstag</b> 12.10.2019	Erbsensuppe mit Wiener Würstchen, Birne B, C, H, I, 7, 9, 10	Pikanter Hühnereintopf mit Brötchen, Birne I, IW, 3, 7, 9		<b>Sonntag</b> 20.10.2019	Gemüsesuppe, Rinderroulade mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme I, J, IW, 7, 9, 10	Gemüsesuppe, Gebratenes Hähnchenbrustfilet mit Jägersauce, Mandelbroccoli und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme I, IW, 7, 9	Gemüsesuppe, Vegetarisches Chili mit Reis und Chinakohl-Salat, Buttermilchcreme C, 7, 9, 10
<b>Samstag</b> 5.10.2019	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch und Brötchen, Banane I, IW, 7	Warmer Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen, Banane B, C, H, 10	Bunte Nudeln mit Funghi-Sauce, Banane C, IW, 9		<b>Sonntag</b> 13.10.2019	Broccolicremesuppe, Zwiebelbraten mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Mandarinenquark I, J, IW, 7, 9	Broccolicremesuppe, Paniertes Hähnchenbrustfilet, Blumenkohl mit Kräuterbechamel und Salzkartoffeln, Mandarinenquark I, IW, 7		<b>Montag</b> 21.10.2019	Sauerkrautgestampftes mit Kasseler, Kirschjoghurt B, C, H, 7	Hähnchengeschnetzeltes mit Gemüsestreifen dazu Spiralnudeln, Kirschjoghurt C, IW, 7	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Lauchsauce, Kirschjoghurt IW, 7
<b>Sonntag</b> 6.10.2019	<b>Oktoberfest - Bayrisches Buffet</b>	<b>Oktoberfest - Bayrisches Buffet</b>	<b>Oktoberfest - Bayrisches Buffet</b>		<b>Montag</b> 14.10.2019	Gestampfte Steckrüben mit Mettenden, Fruchtjoghurt A, B, C, D, H, 7, 9	Kräuterröhrei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, Fruchtjoghurt IW, 3, 7		<b>Dienstag</b> 22.10.2019	Frikadelle mit hausgemachtem Nudelsalat, Quark mit Honig B, C, H, IW, 3, 7, 10	Hackbällchen in Erdnuss-Sauce mit Mischgemüse und Butterreis, Quark mit Honig IW, 3, 5, 7, 10	Gemüse-Spätzlepfanne mit Champignonsauce, Quark mit Honig C, IW, 3, 7, 9
<b>Montag</b> 7.10.2019	Schnittbohngestampftes mit Kasselerackern, Zitronenjoghurt B, C, H, I, 7	Nasi Goreng, Zitronenjoghurt 7	Ratatouille mit Nudeln und Möhrensalat, Zitronenjoghurt IW, 7		<b>Dienstag</b> 15.10.2019	Pikanter Hackbraten mit Sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln, Milchreis mit Kirschsauce A, B, H, K, IW, 3, 7, 9, 10	Spätzlepfanne mit Gemüse und Schinken, dazu Käsesauce, Milchreis mit Kirschsauce A, B, C, H, K, IW, 3, 7		<b>Mittwoch</b> 23.10.2019	Leberkäse gebraten mit Specksauce, grünen Bohnen und Kartoffelpüree, Pflaumenkompott A, B, C, H, IW, 7	Königsberger Klöße mit Kapern, Salzkartoffeln und Senfgurken, Pflaumenkompott A, J, IW, 3, 6, 7, 10	Kürbiscremesuppe, Mehlpütt mit Birnenkompott und Vanillesauce A, I, IW, 3, 7
<b>Dienstag</b> 8.10.2019	Hackfleischsauce „Bolognese“ mit Nudeln und gemischtem Salat, Grießpudding mit Kirschsauce A, C, K, IW, 7, 10	Geflügelfrikadelle mit Rahmspitzkohl und Kartoffelpüree, Grießpudding mit Kirschsauce A, B, C, H, K, IW, 3, 7, 10	Tomaten-Zucchini-Kartoffel-Auflauf mit Knoblauchsauce, Grießpudding mit Kirschsauce A, K, IW, 3, 7		<b>Mittwoch</b> 16.10.2019	Grünkohl mit Kassler und Pinkel, Salzkartoffeln, Pudding mit Vanillegeschmack und Fruchtsauce A, B, C, G, H, J, IW, IH, 7, 10	Hühnerfrikassee mit Reis und buntem Salat, Pudding mit Vanillegeschmack und Fruchtsauce A, C, G, 7, 10		<b>Donnerstag</b> 24.10.2019	Hähnchenschnitzel mit Paprika-Zwiebelgemüse überbacken, dazu Tomatensauce und Butterreis, Pudding mit Schokogeschmack IW, 7	Putenbrustbraten mit Sauce, Sommergemüse und Salzkartoffeln, Pudding mit Schokogeschmack IW, 7	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Kressesauce und Kartoffeln, Pudding mit Schokogeschmack IW, 7

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 D Geschmacksverstärker E Geschwefelt	Geschwärzt G Gewachst H Mit Phosphat	Mit Milcheiweiß J Mit Süßungsmittel K Mit einer Zuckerart & Süßungsmittel	Auf Grundlage von Tafelsüßen enthält Phenylalaninquelle kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken			chininhaltig P koffeinhaltig Q bestrahlte Kräuter/Gewürze		gentechnisch verändert S Sulfide		Gluten Weizen 1R Gluten Roggen	Gluten Gerste 1H Gluten Hafer Krebstier- & Krebstiererezeugnisse	Eier und Eiererezeugnisse Fisch und Fischerzeugnisse Erdnuss und Erdnusserzeugnisse	Soja und Sojaerzeugnisse Milch und Milcherzeugnisse, Laktose Schalenfrüchte	Sellerie Senf und Senferzeugnisse Sesam und Sesamerzeugnisse								Schwefeldioxid und Sulfide Lupine Weichtiere				