

# ESSEN AUF RÄDERN

## Speiseplan Oktober 2020



Parkallee 1 · 26624 Südbrookmerland  
**Telefon 04942 20260-0**

Name \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

**SEITE 1 + SEITE 2 BITTE BIS 20. DES VORMONATS ABGEBEN!**

	MENÜ 1 Vollkost	MENÜ 2 Leichte Vollkost	MENÜ 3 Vegetarisch	Großer Salatteller	Abend- brot
<b>Donnerstag</b> 1.10.2020	<input type="checkbox"/> Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch und Brötchen, Pflaumenkompott  A, I, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Warmer Kartoffelsalat mit Wiener Würstchen, Pflaumenkompott  A, B, C, H, 10	<input type="checkbox"/> Bunte Nudeln mit Funghi-Sauce, Pflaumenkompott  A, C, 1W, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Freitag</b> 2.10.2020	<input type="checkbox"/> Geschmorte Schweinerippchen mit Sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln, Berliner B, H, 1W, 3, 10	<input type="checkbox"/> Fischfilet auf Gemüsestreifen gedünstet, mit Zitronen-Dill-Sauce, Salzkartoffeln und Gurkensalat, Berliner C, 1W, 3, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Minestrone Italienische Gemüsesuppe mit Nudeln, Berliner 1W, 3, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Samstag</b> 3.10.2020 Tag der dt. Einheit	<input type="checkbox"/> Erbsencremesuppe Gebratene Entenkeule mit Sauce, Fingermöhren und Kartoffelklößen, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, 1W, 3, 7, 8, 9, 10	<input type="checkbox"/> Erbsencremesuppe Wildragout mit Rotkohl und Kartoffeln, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, J, 1W, 7, 8, 9, 10	<input type="checkbox"/> Erbsencremesuppe Gemüse-Ravioli mit Basilikumsauce und gemischtem Blattsalat, Götterspeise mit Vanillesauce C, 1W, 7, 8, 9, 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sonntag</b> 4.10.2020	<input type="checkbox"/> Kürbis-Möhrensuppe, Spießbraten mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Haselnusscreme I, J, 1W, 7, 9	<input type="checkbox"/> Kürbis-Möhrensuppe Putenbrustbraten mit Sauce, Kohlrabi und Salzkartoffeln, Haselnusscreme I, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Kürbis-Möhrensuppe, Gemüsebratling mit Basilikum-Sauce und Salzkartoffeln, Haselnusscreme I, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Montag</b> 5.10.2020	<input type="checkbox"/> Schnittbohnen-gestampft mit Kasselerhacken, Zitronenjoghurt  B, C, H, I, 7	<input type="checkbox"/> Nasi Goreng, Zitronenjoghurt  7	<input type="checkbox"/> Ratatouille mit Nudeln und Möhrensalat, Zitronenjoghurt  1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Dienstag</b> 6.10.2020	<input type="checkbox"/> Hackfleischsauce Bolognese mit Nudeln und gemischtem Salat, Grießpudding mit Kirschsauce A, C, K, 1W, 7, 10	<input type="checkbox"/> Geflügelfrikadelle mit Rahmspitzkohl und Kartoffelpüree, Grießpudding mit Kirschsauce A, B, C, H, K, 1W, 3, 7, 10	<input type="checkbox"/> Tomaten-Zucchini-Kartoffel-Auflauf mit Knoblauchsauce, Grießpudding mit Kirschsauce A, K, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mittwoch</b> 7.10.2020	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln, Birnenkompott  A, C, 1W, 10	<input type="checkbox"/> Gefüllte Paprika mit Hackfleisch, Tomatensauce und Reis, Birnenkompott A, 1W	<input type="checkbox"/> Kartoffelcremesuppe, Mehlputt mit Birnenkompott und Vanillesauce  A, C, 1W, 3, 7, 9, 12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Donnerstag</b> 8.10.2020	<input type="checkbox"/> Dicke Bohnen mit Bauchspeck und Salzkartoffeln, Götterspeise mit Vanillesauce A, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Hähnchengeschnetzeltes mit Butterkarotten und Spätzle, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Eier in Senfsauce mit Rahmspinat und Kartoffelpüree, Götterspeise mit Vanillesauce A, C, 1W, 3, 7, 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	MENÜ 1 Vollkost	MENÜ 2 Leichte Vollkost	MENÜ 3 Vegetarisch	Großer Salatteller	Abend- brot
<b>Freitag</b> 9.10.2020	<input type="checkbox"/> Wirsingkohl mit Hackfleisch und Kartoffelwürfeln, Apfelmus  C, 7	<input type="checkbox"/> Gebratenes Rotbarschfilet mit Salzkartoffeln und buntem Salat, Apfelmus C, 1W, 4, 10	<input type="checkbox"/> Tortellini in Lauch-Käsesauce, dazu ein bunter Salat, Apfelmus C, D, 1W, 3, 7, 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Samstag</b> 10.10.2020	<input type="checkbox"/> Erbsensuppe mit Wiener Würstchen, Birne  B, C, H, I, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Pikanter Hühnerintopf mit Brötchen, Birne  I, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/> Gemüsebrühe Apfelpfannkuchen mit Vanillesauce  A, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sonntag</b> 11.10.2020	<input type="checkbox"/> Broccolicremesuppe Zwiebelbraten mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Mandarinenquark I, J, 1W, 7, 9	<input type="checkbox"/> Broccolicremesuppe, Paniertes Hähnchenbrustfilet, Blumenkohl mit Kräuterbechamel und Salzkartoffeln, Mandarinenquark I, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Broccolicremesuppe, Gemüseschnitzel mit Tomatensauce, Mischgemüse und Kartoffeln, Mandarinenquark I, 1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Montag</b> 12.10.2020	<input type="checkbox"/> Gestampfte Steckrüben mit Mettenden, Fruchtojoghurt  A, B, C, D, H, 7, 9	<input type="checkbox"/> Kräuterröhrei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln, Fruchtojoghurt  1W, 3, 7	<input type="checkbox"/> Gemüsebratling mit Petersiliensauce, Butterkarotten und Salzkartoffeln, Fruchtojoghurt A, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Dienstag</b> 13.10.2020	<input type="checkbox"/> Pikanter Hackbraten mit Sauce, Rosenkohl und Salzkartoffeln, Milchreis mit Kirschsauce A, B, H, K, 1W, 3, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Spätzlepfanne mit Gemüse und Schinken, dazu Käsesauce, Milchreis mit Kirschsauce A, B, C, H, K, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/> Buntes Gemüseragout mit Fetawürfeln und Butterreis, Milchreis mit Kirschsauce A, K, 1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mittwoch</b> 14.10.2020	<input type="checkbox"/> Grünkohl mit Kassler und Pinkel, Salzkartoffeln, Pudding mit Vanillegeschmack und Fruchtsauce A, B, C, G, H, J, 1W, 1H, 7, 10	<input type="checkbox"/> Hühnerfrikassee mit Reis und buntem Salat, Pudding mit Vanillegeschmack und Fruchtsauce A, C, G, 7, 10	<input type="checkbox"/> Gemüsecremesuppe, Süßer Nudelaufbau mit Fruchtsauce G, I, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Donnerstag</b> 15.10.2020	<input type="checkbox"/> Leberragout in Apfel-Zwiebelsauce mit Erbsengemüse und Kartoffelpüree, Pudding mit Mandelgeschmack C, 1W, 7, 10	<input type="checkbox"/> Bratwurstschnecke mit Erbsen und Kartoffelpüree, Pudding mit Mandelgeschmack  C, 7	<input type="checkbox"/> Gemüse-Pizza und Bohnensalat, Pudding mit Mandelgeschmack  C, 1W, 7, 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Abendbrot:** 2 Scheiben Brot, Butter, 2 Scheiben Käse, 2 Scheiben Aufschnitt, kleine Beilage (z.B. Tomate, Gurke ...)

**Großer Salatteller:** Eisbergsalat, Tomaten, Gurken, Karotten, wechselnde Beilage (z.B. Feta, Thunfisch, Schinken ...), hausgemachtes Dressing, Vorspeise oder Dessert

**Zusatzstoffe**  
 A Mit Farbstoff  
 B Konservierungsstoff  
 C Antioxidationsmittel  
 D Geschmacksverstärker  
 E Geschwefelt  
 F Geschwärtzt  
 G Gewächst  
 H Mit Phosphat  
 I Mit Milcheiweiß  
 J Mit Süßungsmitteln  
 K Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln

L Auf Grundlage von Tafelsüßen  
 M enthält Phenylalaninquelle  
 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- und Krebstiererzeugnisse  
 3 Eier und Eierzeugnisse  
 4 Fisch und Fischerzeugnisse  
 5 Erdnuss und Erdnusserezeugnisse

6 Soja und Sojaerzeugnisse  
 7 Milch und Milcherzeugnisse  
 8 Schalenfrüchte

9 Sellerie  
 10 Senf und Senferzeugnisse  
 11 Sesamsamen und Sesamerzeugnisse

12 Schwefeldioxid und Sulfide  
 13 Lupine  
 14 Weichtiere

Name \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

**SEITE 1 + SEITE 2 BITTE BIS 20. DES VORMONATS ABGEBEN!**

	<b>MENÜ 1</b> Vollkost	<b>MENÜ 2</b> Leichte Vollkost	<b>MENÜ 3</b> Vegetarisch	Großer Salateller	Abend- brot
<b>Freitag</b> 16.10.2020	<input type="checkbox"/> Labskaus mit Rollmops, Kaffeeccreme  B, C, H, J, 4, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Nudel-Schinken-Auflauf mit Gemüse in Sauerrahmsauce, Kaffeeccreme  B, C, H, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/> Broccoli-Kartoffelauf- lauf mit Kräutersauce Kaffeeccreme  A, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Samstag</b> 17.10.2020	<input type="checkbox"/> Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat, Banane  C, 1W, 7, 10	<input type="checkbox"/> Gulaschsuppe mit Brötchen, Banane  C, I, 1W, 9, 10	<input type="checkbox"/> Blumenkohlcreme- suppe, Hausgemachter Kaiserschmarrn mit Vanillesauce A, I, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sonntag</b> 18.10.2020	<input type="checkbox"/> Gemüsesuppe, Rinderroulade mit Sauce, Rotkohl und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme I, J, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Gemüsesuppe, Hähnchengeschnetzel- tes mit Mandelbroccoli und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme C, I, 1W, 7, 9	<input type="checkbox"/> Gemüsesuppe, Vegetarisches Chili mit Reis und Chinakohl-Salat, Buttermilchcreme C, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Montag</b> 19.10.2020	<input type="checkbox"/> Sauerkraut- gestampft mit Bratwurst, Kirschjoghurt  B, C, D, H, 7	<input type="checkbox"/> Putengulasch mit Gemüstreifen dazu Spiralnudeln, Kirschjoghurt  C, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Kartoffel-Gemüse- Auflauf mit Lauchsauce, Kirschjoghurt  1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Dienstag</b> 20.10.2020	<input type="checkbox"/> Frikadelle mit hausgemachtem Nudelsalat, Quark mit Honig  B, C, H, 1W, 3, 7, 10	<input type="checkbox"/> Hackbällchen in Erdnuss-Sauce mit Mischgemüse und Butterreis, Quark mit Honig 1W, 3, 5, 7, 10	<input type="checkbox"/> Gemüse-Spätzle- pfanne mit Champignonsauce, Quark mit Honig  C, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mittwoch</b> 21.10.2020	<input type="checkbox"/> Leberkäse gebraten mit Specksauce, grünen Bohnen und Kartoffelpüree Pflaumenkompott A, B, C, H, 1W, 7	<input type="checkbox"/> Königsberger Klöpse mit Kapern, Salzkartof- feln und Senfgurken, Pflaumenkompott  A, J, 1W, 3, 6, 7, 10	<input type="checkbox"/> Kürbiscremesuppe, Mehlpütt mit Birnenkompott und Vanillesauce  A, I, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Donnerstag</b> 22.10.2020	<input type="checkbox"/> Hähnchenschnitzel mit Pa- rika- Zwiebelgemüse über- backen, dazu Tomatensauce und Butterreis, Pudding mit Schokogeschmack 1W, 7	<input type="checkbox"/> Putenbrustbraten mit Sauce, Sommerge- müse u. Salzkartoffeln, Pudding mit Schokogeschmack 1W, 7	<input type="checkbox"/> Blumenkohl-Käse- Medaillon mit Kresse- sauce und Kartoffeln, Pudding mit Schokogeschmack 1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Freitag</b> 23.10.2020	<input type="checkbox"/> Kalter Braten mit Re- moulade und Bratkar- toffeln, dazu ein bunter Salat, Pudding mit Fruchtgeschmack B, C, H, I, K, 1W, 3, 7, 10	<input type="checkbox"/> Fischfilet auf Gemüstreifen gedünstet mit Zitro- nen-Dill-Sauce, Spinat und Salzkartoffeln, Pudding mit Fruchtgeschmack A, C, 1W, 4, 7	<input type="checkbox"/> Sauerkrautauflauf mit Zwiebelsauce, Pudding mit Fruchtgeschmack  A, C, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<b>MENÜ 1</b> Vollkost	<b>MENÜ 2</b> Leichte Vollkost	<b>MENÜ 3</b> Vegetarisch	Großer Salateller	Abend- brot
<b>Samstag</b> 24.10.2020	<input type="checkbox"/> Deftiger Linseneintopf mit Bockwurst, Berliner  B, C, H, I, 1W, 3, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Weißkohlgestampft mit Hackfleisch, Berliner  1W, 3, 7	<input type="checkbox"/> Lauchcremesuppe, Reibepfannkuchen mit Apfelmus  C, I, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sonntag</b> 25.10.2020	<input type="checkbox"/> Gemüsebrühe, Snirtje Braa mit Sauce, Rot- kohl und Salzkartof- feln, Buttermilchcreme  J, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Gemüsebrühe, Hähn- chenbrust mit Sauce, Mischgemüse und Salzkartoffeln, Buttermilchcreme 1W, 7, 9	<input type="checkbox"/> Gemüsebrühe, Kartoffel-Gemüse- pfanne mit Petersiliensauce, Buttermilchcreme 1W, 7, 9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Montag</b> 26.10.2020	<input type="checkbox"/> Graupensuppe mit Fleischeinlage, Erdbeerjoghurt  1W, 7, 9	<input type="checkbox"/> Putenbratwurst mit Paprikasauce, Röstita- lern und Gurkensalat, Erdbeerjoghurt  C, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Pikante Kartoffeln mit Kräuterquark, Erdbeerjoghurt  7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Dienstag</b> 27.10.2020	<input type="checkbox"/> Kohlroulade mit Specksauce und Bratkartoffeln, Fruchtquark  A, B, C, H, 1W, 3, 6, 7, 10	<input type="checkbox"/> Beefsteak mit Speck- sauce, grünen Bohnen und Bratkartoffeln, Fruchtquark  A, B, C, H, 1W, 3, 7, 9	<input type="checkbox"/> Makkaroni-Pfanne mit Gemüse und Ei, Fruchtquark  A, C, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mittwoch</b> 28.10.2020	<input type="checkbox"/> Geschmorte Schweine- rippchen mit Sauce, Spitzkohl in Rahm u. Salzkartoffeln, Orange  A, B, H, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Nudel-Schinkenpfanne mit Gemüse u. Schnittlauchsauce, Orange  A, B, C, H, 1W, 3, 7	<input type="checkbox"/> Blumenkohlcreme- suppe, Milchreis mit Kirschsauce  A, I, K, 1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Donnerstag</b> 29.10.2020	<input type="checkbox"/> Spitzkohl- Kartoffeleintopf mit Hackfleisch, Pudding mit Mandelgeschmack B, H, 7	<input type="checkbox"/> Hühnerfrikassee mit Spargel, Erbsen und Champignons, dazu Salzkartoffeln, Pudding mit Mandelgeschmack C, 7	<input type="checkbox"/> Vegetarischer Spitz- kohl-Kartoffeleintopf, Pudding mit Mandelgeschmack  B, H, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Freitag</b> 30.10.2020	<input type="checkbox"/> Seelachsfilet gebraten mit Zitronen- Dill-Sauce, Blattspinat in Rahm und Kartoffeln, Rote Grütze mit Vanillesauce A, 1W, 4, 7	<input type="checkbox"/> Schweineschnitzel mit Pilzrahmsauce, Brat- kartoffeln und Gurken- salat, Rote Grütze mit Vanillesauce A, B, C, H, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Vegetarische Linsensuppe mit Brötchen, Rote Grütze mit Vanillesauce A, I, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Samstag</b> 31.10.2020 Reformati- onstag	<input type="checkbox"/> Waldpilzcremesuppe Schweinegulasch mit grünen Bohnen und Petersilienkartoffeln, Apfelmus C, I, 1W, 7, 10	<input type="checkbox"/> Waldpilzcremesuppe Bunte Nudeln mit Funghi- Hackfleischsauce, dazu ein gemischter Salat, Apfelmus C, I, 1W, 7, 9, 10	<input type="checkbox"/> Waldpilzcremesuppe Frischkäsetaschen mit Ratatouillegemüse, Apfelmus  C, I, 1W, 7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>