

**BESTELLWOCHE 37 VOM 12.09.2022 - 18.09.2022**

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
<b>Montag</b> 12.09.22	Porreeintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Schokocremedessert g 402 kcal 4.14 BE KH 49.94 g	2 Eier, Senfsoße a,c,g,j Karottenwürfelgemüse g Salzkartoffeln l Schokocremedessert g 412 kcal 3.07 BE KH 37.05 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Karottenwürfelgemüse g Kartoffelpüree g Schokocremedessert g 315 kcal 1.81 BE KH 22.19 g	T Lachs, Buttersoße c,d,g Mischgemüse Fitness g Kartoffelpüree g Schokocremedessert g 400 kcal 1.96 BE KH 23.64 g	Porreeintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Schokocremedessert g 319 kcal 3.05 BE KH 36.81 g
<b>Dienstag</b> 13.09.22	Hackfleischrolle, Soße a,g,2,5,9 Rahmchampignonngemüse a,g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5 519 kcal 1.20 BE KH 14.79 g	Erbseintopf mit Kartoffeln und Rauchfleisch a,f,l,3,4 1 Mischbrotscheibe a Vanillequark g,1,5 462 kcal 4.78 BE KH 57.50 g	Hähnchenbrustgulasch, Soße g Buttermöhrrchen g Butterreis g Vanillequark g,1,5 486 kcal 4.11 BE KH 49.64 g	T Hähnchengulasch, Soße c,g Buttermöhrrchen g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5 375 kcal 1.67 BE KH 20.42 g	Hackfleischrolle, Soße a,g,2,5,9 Rahmchampignonngemüse a,g Kartoffelpüree g Vanillequark g,1,5 464 kcal 0.95 BE KH 11.76 g
<b>Mittwoch</b> 14.09.22	Champignoncremesuppe 2 Eierkuchen Hausm. a,c,g 2 Zuckerportionen Apfelmusdessert 4 748 kcal 7.21 BE KH 86.30 g	Lammkeulenbraten, Soße a,j Butterbohnenngemüse g 2 Kartoffelklöße 6 Apfelmusdessert 4 600 kcal 5.22 BE KH 62.67 g	Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j Butterbohnenngemüse g Kartoffelpüree g Apfelmusdessert 4 378 kcal 3.39 BE KH 40.92 g	T Hähnchensteak, Soße c,g Blumenkohlngemüse g Kartoffelpüree g Apfelmusdessert 4 367 kcal 2.46 BE KH 29.54 g	Champignoncremesuppe 2 Eierkuchen Hausm. a,c,g 2 Zuckerportionen Apfelmusdessert 4 607 kcal 5.92 BE KH 70.96 g
<b>Donnerstag</b> 15.09.22	Kaßlerkammbraten, Soße a,j,9 Sauerkrautngemüse g,j,l,4,7 2 Semmelknödel a,c,g Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 419 kcal 3.06 BE KH 37.00 g	Weißkrauteintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 396 kcal 4.35 BE KH 52.39 g	Schupfnudel-Trio a,c,f,g,i Vanillepuddingsuppe g Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 551 kcal 6.22 BE KH 74.89 g	T 3 Eierkuchen a,c,g Vanillepuddingsuppe g Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 496 kcal 3.41 BE KH 41.07 g	Kaßlerkammbraten, Soße a,j,9 Sauerkrautngemüse g,j,l,4,7 2 Semmelknödel a,c,g Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 328 kcal 2.31 BE KH 27.89 g
<b>Freitag</b> 16.09.22	Bratwurstschnecke Hausmacher Kartoffelsalat c,g,j,l,1,4 Senf j Gurkensalat mit Dill j,1 363 kcal 2.78 BE KH 33.22 g	Rührei c,g Rahmspinat g Salzkartoffeln l Gurkensalat mit Dill j,1 473 kcal 2.18 BE KH 25.88 g	2 Kräuterklöße, Soße a,c,f,g,i,j Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Gurkensalat mit Dill j,1 482 kcal 3.31 BE KH 39.57 g	T Hähnchensteak, Soße c,g Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Gurkensalat mit Dill j,1 426 kcal 2.25 BE KH 26.80 g	Bratwurstschnecke Hausmacher Kartoffelsalat c,g,j,l,1,4 Senf j Gurkensalat mit Dill j,1 268 kcal 2.07 BE KH 24.73 g
<b>Samstag</b> 17.09.22	Schweinegulasch, Soße a,j Butterspirelli a,c,g Waldfruchtjoghurt g 548 kcal 4.84 BE KH 57.86 g	Schweinegulasch, Soße a,j Butterspirelli a,c,g Waldfruchtjoghurt g 548 kcal 4.84 BE KH 57.86 g	Teigreiseintopf mit Rindfleisch Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Waldfruchtjoghurt g 513 kcal 6.05 BE KH 72.74 g	Teigreiseintopf mit Rindfleisch Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Waldfruchtjoghurt g 513 kcal 6.05 BE KH 72.74 g	Schweinegulasch, Soße a,j Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Waldfruchtjoghurt g 515 kcal 4.03 BE KH 48.04 g
<b>Sonntag</b> 18.09.22	Putenbrustbraten, Soße a,g,l Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Pfersichwürfelkompott 1 411 kcal 4.58 BE KH 55.16 g	Putenbrustbraten, Soße a,g,l Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Pfersichwürfelkompott 1 382 kcal 4.09 BE KH 49.12 g	Sahnesteak, Kräuterrahmsauce a,c,g Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Pfersichwürfelkompott 1 459 kcal 4.02 BE KH 48.22 g	T Schweinebraten, Soße a,c Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Pfersichwürfelkompott 1 406 kcal 4.35 BE KH 48.26 g	Putenbrustbraten, Soße a,g,l Rotkohlgemüse 7 2 Grüne Klöße 3,6 Pfersichwürfelkompott 1 313 kcal 3.38 BE KH 40.56 g

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k=Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

**\* kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau

**BESTELLWOCHE 38 VOM 19.09.2022 - 25.09.2022**

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
<b>Montag</b> 19.09.22	Kartoffeleintopf mit Gurke und Jagdwurstwürfel a,f,i,l,1,4 1 Mischbrotscheibe a Buttermilchdessert Kirsche g 446 kcal 4.88 BE KH 58.57 g	Hähnchenschnitzel, Hawaii, Soße a,c,g Buttererbbsen g Salzkartoffeln l Buttermilchdessert Kirsche g 573 kcal 3.33 BE KH 39.77 g	Fischgulasch in Kräutersoße a,d,g Broccoligemüse g Butter-Wellenbandnudeln a,c,g Buttermilchdessert Kirsche g 392 kcal 2.62 BE KH 31.40 g	T Lachs, Buttersoße c,d,g Broccoligemüse g Salzkartoffeln l Buttermilchdessert Kirsche g 419 kcal 2.57 BE KH 30.65 g	Kartoffeleintopf mit Gurke und Jagdwurstwürfel a,f,i,l,1,4 1 Mischbrotscheibe a Buttermilchdessert Kirsche g 359 kcal 3.71 BE KH 44.54 g
<b>Dienstag</b> 20.09.22	Tiegelwurst a Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 Erbsenpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 877 kcal 3.89 BE KH 46.59 g	Seelachs ged., Senfsoße a,d,g,j Rotkohlgemüse 7 Salzkartoffeln l Erdbeerquarkdessert g,1 373 kcal 2.54 BE KH 30.43 g	Putenfleischkäse, Soße a,e,f,g,i,3,4,7,9 Pastinakenwurzelgemüse g Salzkartoffeln l Erdbeerquarkdessert g,1 433 kcal 2.72 BE KH 32.62 g	T Kalbbraten, Soße a,c,i,j Pastinakenwurzelgemüse g Kartoffelpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 332 kcal 1.64 BE KH 19.99 g	Tiegelwurst a Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 Erbsenpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 719 kcal 3.13 BE KH 37.41 g
<b>Mittwoch</b> 21.09.22	Wildmischgulasch, Pilzsoße a,f,j Brechbohngemüse g 2 Knödelscheiben a Pflirsichkaltchale 476 kcal 4.08 BE KH 49.21 g	Wildmischgulasch, Pilzsoße a,f,j Brechbohngemüse g Salzkartoffeln l Pflirsichkaltchale 376 kcal 3.32 BE KH 39.88 g	Hähnchengrillsteak m. Haut, Soße g,h,i,l Blumenkohlgemüse g Kartoffelpüree g Pflirsichkaltchale 322 kcal 1.70 BE KH 20.37 g	T Hähnchensteak, Soße c,g Kartoffelpüree g Blumenkohlgemüse g Pflirsichkaltchale 333 kcal 1.76 BE KH 21.12 g	Wildmischgulasch, Pilzsoße a,f,j Brechbohngemüse g 2 Knödelscheiben a Pflirsichkaltchale 398 kcal 3.43 BE KH 41.22 g
<b>Donnerstag</b> 22.09.22	Rind Tafelspitz Art (Meerettich) a,g,4,6 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Mandarinenkompott 496 kcal 5.32 BE KH 63.99 g	Frikadelle, Zwiebelsoße a,c,f,g Brechbohngemüse g Salzkartoffeln l Mandarinenkompott 530 kcal 4.51 BE KH 54.07 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Mandarinenkompott 479 kcal 5.51 BE KH 65.85 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Mandarinenkompott 479 kcal 5.51 BE KH 65.85 g	Rind Tafelspitz Art (Meerettich) a,g,4,6 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße 6 Mandarinenkompott 396 kcal 4.02 BE KH 48.29 g
<b>Freitag</b> 23.09.22	Seelachs Tomate ged., Soße a,d,g Broccoligemüse/Hollandaise c,g Salzkartoffeln l Chinakohlsalat 1,4 311 kcal 1.97 BE KH 23.49 g	Rindfleischragout, Soße a,g,j,2,5 Butter-Hörnchennudeln a,c,g Reibekäse g Chinakohlsalat 1,4 464 kcal 2.26 BE KH 27.13 g	Eierragout c,g Buttermöhrrchen g Salzkartoffeln l Chinakohlsalat 1,4 392 kcal 2.93 BE KH 35.36 g	Eierragout c,g Kartoffelpüree g Buttermöhrrchen g Chinakohlsalat 1,4 364 kcal 1.95 BE KH 23.87 g	Seelachs Tomate ged., Soße a,d,g Broccoligemüse/Hollandaise c,g Salzkartoffeln l Chinakohlsalat 1,4 281 kcal 1.70 BE KH 20.28 g
<b>Samstag</b> 24.09.22	Kesselgulascheintopf mit Paprika und Kartoffel a,j,l Weißbrotscheibe,einzeln a,g Joghurtdessert Aprikose g,1 426 kcal 3.84 BE KH 46.40 g	Kesselgulascheintopf mit Paprika und Kartoffel a,j,l Weißbrotscheibe,einzeln a,g Joghurtdessert Aprikose g,1 426 kcal 3.84 BE KH 46.40 g	Suppengemüseeeintopf mit Rindfleisch a,f,i,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Aprikose g,1 395 kcal 4.50 BE KH 54.28 g	Suppengemüseeeintopf mit Rindfleisch a,f,i,l Joghurtdessert Aprikose g,1 305 kcal 2.97 BE KH 35.94 g	Kesselgulascheintopf mit Paprika und Kartoffel a,j,l Weißbrotscheibe,einzeln a,g Joghurtdessert Aprikose g,1 384 kcal 3.51 BE KH 42.32 g
<b>Sonntag</b> 25.09.22	Schweinekammbraten, Soße a,j Romaneskogemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Kürbiskompott 476 kcal 3.28 BE KH 39.49 g	Schweinekammbraten, Soße a,j Romaneskogemüse g Salzkartoffeln l Kürbiskompott 447 kcal 2.79 BE KH 33.45 g	Putengeschnetzeltes, Soße a,g,l Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Kürbiskompott 497 kcal 3.26 BE KH 38.83 g	T Schweinebraten, Soße a,c Mischgemüse Fitness g Salzkartoffeln l Kürbiskompott 396 kcal 3.47 BE KH 37.46 g	Schweinekammbraten, Soße a,j Romaneskogemüse g 2 Grüne Klöße 3,6 Kürbiskompott 391 kcal 2.41 BE KH 28.94 g

Zusatzstoffe [Angaben in eckigen Klammern] 0=Cyclamat; 1=Saccarin; 2=Farbstoff; 3=Konservierungsstoffe;

4=Antioxidationsmittel; 5=Geschmacksverstärker; 6=geschwefelt; 7=geschwärzt; 8=gewachst; 9=Phosphate;

a=Gluten; b=Krebstiere; c=Eier; d=Fisch; e=Erdnüsse; f=Soja; g=Milch; h=Schalenfrüchte; i=Sellerie; j=Senf; k= Sesamsamen; l=Sulfite; m=Lupine; n=Weichtiere

Wir verwenden nur Jodsalz, da wir an Ihre Gesundheit denken!

**\* kleine Portionen nur aus Menü 1 möglich**

Küchenleitung - ASB Zwickau