

BESTELLWOCHE 11 VOM 10.03.2025 - 16.03.2025

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 10.03.25	Tomatensoße, Wurstwürfel a,g,1 Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Vanillecremedessert g 595 kcal 4.11 BE KH 48.81 g	3 Fischli, Kräutersoße a,d,g Minimöhren-Erbsengemüse g Langkornreis g Vanillecremedessert g 760 kcal 5.61 BE KH 67.40 g	Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j Blumenkohl/Hollandaise c,g Salzkartoffeln i Vanillecremedessert g 366 kcal 2.74 BE KH 32.48 g	Geflügelfrikadelle, Soße a,c,f,g,i,j Blumenkohl/Hollandaise c,g Salzkartoffeln i Vanillecremedessert g 366 kcal 2.74 BE KH 32.48 g	Tomatensoße, Wurstwürfel a,g,1 Butterspirelli a,c,g Reibekäse g Vanillecremedessert g 509 kcal 3.42 BE KH 40.55 g
Dienstag 11.03.25	Hähnchencordonbleu, Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 754 kcal 5.84 BE KH 69.78 g	Linseneintopf mit Rauchfleischwürfel a,f,i,3,4 1 Mischbrotscheibe a Erdbeerquarkdessert g,1 657 kcal 7.59 BE KH 91.01 g	2 Eier, Senfsoße a,c,g,j Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln i Erdbeerquarkdessert g,1 409 kcal 2.76 BE KH 32.96 g	2 Eier, Senfsoße a,c,g,j Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln i Erdbeerquarkdessert g,1 409 kcal 2.76 BE KH 32.96 g	Hähnchencordonbleu, Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Erdbeerquarkdessert g,1 703 kcal 5.26 BE KH 62.96 g
Mittwoch 12.03.25	Rostbratwurst, Bratensoße a,e,f,i,9 Sauerkrautgemüse g,j,i,4,7 Kartoffelselleriepüree g Mandarinenkompott 719 kcal 4.79 BE KH 57.25 g	Käblerlachsbraten, Soße a,j,i,7 Bayrisch-Kraut 7 2 Knödelscheiben a Mandarinenkompott 492 kcal 5.20 BE KH 62.59 g	Grießbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Mandarinenkompott 479 kcal 5.51 BE KH 65.85 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Mandarinenkompott 694 kcal 9.76 BE KH 117.10 g	Rostbratwurst, Bratensoße a,e,f,i,9 Sauerkrautgemüse g,j,i,4,7 Kartoffelselleriepüree g Mandarinenkompott 661 kcal 3.87 BE KH 46.15 g
Donnerstag 13.03.25	Big Rib Hacksteak a,c,f,i,j Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln g,i,7 Sahnepudding, Fruchtsoße g 665 kcal 6.04 BE KH 72.41 g	Seelachs Tomate paniert., Soße a,g Mischgemüse bunt g Salzkartoffeln i Sahnepudding, Fruchtsoße g 237 kcal 3.23 BE KH 38.77 g	Kartoffelpaprika Gulasch a,j,i 1 Mischbrotscheibe a Sahnepudding, Fruchtsoße g 369 kcal 5.37 BE KH 64.40 g	Kartoffelpaprika Gulasch a,j,i 1 Mischbrotscheibe a Sahnepudding, Fruchtsoße g 369 kcal 5.37 BE KH 64.40 g	Big Rib Hacksteak a,c,f,i,j Paprikaletscho a,7 Bratkartoffeln g,i,7 Sahnepudding, Fruchtsoße g 593 kcal 5.07 BE KH 60.74 g
Freitag 14.03.25	Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i rot-gelbes Karottengemüse g Salzkartoffeln i Chinakohlsalat mit Gurke j,1 828 kcal 2.73 BE KH 32.82 g	Rindgeschnetzt, Züricher Art a,g,j Butterspätzle a,c,g Chinakohlsalat mit Gurke j,1 521 kcal 4.04 BE KH 48.60 g	Seelachs ged., Kräutersoße a,d,g rot-gelbes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Chinakohlsalat mit Gurke j,1 380 kcal 2.90 BE KH 35.01 g	Seelachs ged., Kräutersoße a,d,g rot-gelbes Karottengemüse g Kartoffelpüree g Chinakohlsalat mit Gurke j,1 380 kcal 2.90 BE KH 35.01 g	Gemüseschnitzel, Soße a,c,e,f,g,i rot-gelbes Karottengemüse g Salzkartoffeln i Chinakohlsalat mit Gurke j,1 156 kcal 1.72 BE KH 20.64 g
Samstag 15.03.25	Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Käblerfleisch und Kohlrabi a,f,i,3,4 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 470 kcal 6.00 BE KH 72.38 g	Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Käblerfleisch und Kohlrabi a,f,i,3,4 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 470 kcal 6.00 BE KH 72.38 g	Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 470 kcal 5.55 BE KH 66.78 g	Teigreiseintopf mit Geflügel Gemüse und Eierflocken a,c,f,i 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 470 kcal 5.55 BE KH 66.78 g	Gräupcheneintopf mit Kartoffel, Käblerfleisch und Kohlrabi a,f,i,3,4 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Heidelbeer g,1 382 kcal 4.73 BE KH 57.15 g
Sonntag 16.03.25	Schweineroulade, Soße a,i,j Apfelrotkohl 7 2 Grüne Klöße 6 Mangokaltschale 351 kcal 2.10 BE KH 25.13 g	Schweineroulade, Soße a,i,j Apfelrotkohl 7 Salzkartoffeln i Mangokaltschale 432 kcal 3.56 BE KH 42.52 g	2 Kochklops g Rahmspinat g Salzkartoffeln i Mangokaltschale 509 kcal 3.21 BE KH 38.33 g	2 Kochklops g Rahmspinat g Salzkartoffeln i Mangokaltschale 509 kcal 3.21 BE KH 38.33 g	Schweineroulade, Soße a,i,j Apfelrotkohl 7 2 Grüne Klöße 6 Mangokaltschale 324 kcal 1.68 BE KH 20.17 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 12 VOM 17.03.2025 - 23.03.2025

Menü	Vollkost 1	Vollkost 2	Leichte Kost	Pürierte Kost	kleines Menü 1
Montag 17.03.25	Schweinegeschnetzeltes, Soße a,g Butterspätzle a,c,g Schokomilchpudding, g 614 kcal 5.20 BE KH 62.34 g	Blumenkohlcremesuppe 2 gefüllte Apfel Eierkuchen a,c,g,4 2 Zuckerportionen Schokomilchpudding, g 516 kcal 5.07 BE KH 60.99 g	4 Fischstäbchen, Zitronensoße a,d,g Balkangemüse g Kartoffelpüree g Schokomilchpudding, g 644 kcal 5.76 BE KH 69.26 g	Seelachs ged., Zitronensoße a,d,g Balkangemüse g Kartoffelpüree g,l,4 Schokomilchpudding, g 452 kcal 4.25 BE KH 51.23 g	Schweinegeschnetzeltes, Soße a,g Butterspätzle a,c,g Schokomilchpudding, g 536 kcal 4.57 BE KH 54.82 g
Dienstag 18.03.25	Seelachs geb., Senftunke a,c,d,g,j Minimöhren-Erbsengemüse g Salzkartoffeln l Aprikosenquarkdessert g,1 566 kcal 3.96 BE KH 47.37 g	Gulasch Szegediner Art, Soße a,g,j,4 2 Knödelscheiben a Aprikosenquarkdessert g,1 559 kcal 2.89 BE KH 34.67 g	4 Gemüsenuggets etwas Soße a,g Broccoligemüse g Kräuter Reis g Aprikosenquarkdessert g,1 331 kcal 3.25 BE KH 38.93 g	4 Gemüsenuggets etwas Soße a,g Broccoligemüse g Kräuter Reis g Aprikosenquarkdessert g,1 331 kcal 3.25 BE KH 38.93 g	Seelachs geb., Senftunke a,c,d,g,j Minimöhren-Erbsengemüse g Salzkartoffeln l Aprikosenquarkdessert g,1 523 kcal 3.52 BE KH 42.09 g
Mittwoch 19.03.25	Rinderzunge, Bratensoße a,g,9 Erbsen g Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 560 kcal 3.57 BE KH 42.72 g	Lebergulasch, Soße a,c,g,j Blumenkohlgemüse g Kartoffelpüree g Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 446 kcal 3.45 BE KH 41.16 g	Milchreis g 1 Zucker & Zimt Portion Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 663 kcal 8.84 BE KH 106.13 g	Grißbrei a,g,1,5 1 Zucker & Zimt Portion Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 448 kcal 4.59 BE KH 54.88 g	Rinderzunge, Bratensoße a,g,9 Erbsen g Salzkartoffeln l Rote Grütze, Vanillesoße a,f,g,1 471 kcal 3.03 BE KH 36.16 g
Donnerstag 20.03.25	2 Wiener Würstchen 4 Senf j Hausmacher Kartoffelsalat c,g,j,l,1,4 Gurken-Bohnensalat j,1 595 kcal 2.85 BE KH 34.02 g	Schollenfilet pan., Senfsoße a,d,g,j Kaisergemüse g Salzkartoffeln l Gurken-Bohnensalat j,1 453 kcal 2.55 BE KH 30.53 g	Butter Tortellini g Tomatensoße a,g Reibekäse g Gurken-Bohnensalat j,1 205 kcal 0.96 BE KH 11.69 g	Butter Tortellini g Tomatensoße a,g Reibekäse g Gurken-Bohnensalat j,1 205 kcal 0.96 BE KH 11.69 g	2 Wiener Würstchen 4 Senf j Hausmacher Kartoffelsalat c,g,j,l,1,4 Gurken-Bohnensalat j,1 380 kcal 2.11 BE KH 25.19 g
Freitag 21.03.25	Eisbeinflisch, Meerrettichsoße g,j,4,6,9 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße Pflaumenkompott 737 kcal 10.11 BE KH 121.29 g	Eierragout c,g Kräuterjulienengemüse g Salzkartoffeln l Pflaumenkompott 364 kcal 3.63 BE KH 43.42 g	3 Knödel mit Kirschfüllung a Vanillepuddingsuppe g Pflaumenkompott 769 kcal 9.16 BE KH 109.95 g	3 Knödel mit Kirschfüllung a Vanillepuddingsuppe g Pflaumenkompott 769 kcal 9.16 BE KH 109.95 g	Eisbeinflisch, Meerrettichsoße g,j,4,6,9 Sauerkrautgemüse g,j,l,4,7 2 Kartoffelklöße Pflaumenkompott 336 kcal 3.03 BE KH 36.37 g
Samstag 22.03.25	2 Hähnchengockelchen Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Erdbeer g,1 392 kcal 3.50 BE KH 41.98 g	2 Hähnchengockelchen Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Erdbeer g,1 392 kcal 3.50 BE KH 41.98 g	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer g,1 385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g	Möhreneintopf mit Rindfleisch a,f,l 1 Mischbrotscheibe a Joghurtdessert Erdbeer g,1 385 kcal 4.55 BE KH 55.03 g	2 Hähnchengockelchen Geflügelsoße a,g Mischgemüse bunt g Kartoffelpüree g Joghurtdessert Erdbeer g,1 342 kcal 2.83 BE KH 33.96 g
Sonntag 23.03.25	Schweinekrustenbraten, Soße a,j,l Speckbohngemüse 7 2 Grüne Klöße 6 Süßkirschenkompott 1,2 227 kcal 2.99 BE KH 35.75 g	Schweinekrustenbraten, Soße a,j,l Speckbohngemüse 7 Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 308 kcal 4.45 BE KH 53.14 g	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,j Karottenscheibengemüse g Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 414 kcal 4.05 BE KH 48.65 g	Rindsgeschnetzeltes, Soße a,j Karottenscheibengemüse g Salzkartoffeln l Süßkirschenkompott 1,2 414 kcal 4.05 BE KH 48.65 g	Schweinekrustenbraten, Soße a,j,l Speckbohngemüse 7 2 Grüne Klöße 6 Süßkirschenkompott 1,2 197 kcal 2.60 BE KH 31.10 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