



MENÜPLAN

Erwachsene Genussportion



Essen wie zu Hause

KW 19 09.05.-13.05.2022

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Fleisch

Hühnergeschnetzeltes
mit Rahmsauce (G/L/O),
Spätzle (A/C)

Rindsgulasch
(G/L/O) mit Dralli Nudeln (A/C)

Kräutergnocchi
(A/C/G) mit Schinkenrahmsauce
(Pute) (G/L/O)

Schweinebraten
(M) mit Biersauce (A/L/O),
Sauerkraut (L) und
Serviettenknödel (A/C/G)

**Pikantes Hühner
Reisfleisch**
(L)

Vegetarisch

Tagliatelle
(A/C) mit Spargel alá Creme
(G/L/O) dazu Parmesan (G)

**Hausgemachter
Grießauflauf**
(A/C/G) mit Zwetschgenröster ()

Kichererbsen-Kokos Curry
(L) mit Reis ()

Spinatlasagne
(A/C/G)

Tomaten-Linsen Eintopf
mit Feta (G/L) und Bulgur (A)

Kalt

**Asiatischer
Kichererbsen-Coleslaw**
(H/L/N) mit Sesam-Ingwer
Dressing (A/H/N)

Huhn-Curry Wrap
(A/C/G/M) auf Blattsalat mit
Joghurtdressing (A/C/G/M/O)

Blattsalate
mit Räucherlachs, Artischocken
(D), Baguette (A) und
Joghurtdressing (A/C/G/M/O)

Tabouleh Bulgursalat
mit Tomaten, Gurken, Petersilie
(A) und Zitronenvinaigrette
(L/O)

Graukäse
(G) mit saurem Dressing (O) und
Salztangerl (A/F/G)

Beilagen
salat

Beilagensalat
mit Karotte, Mais, und Gurke
dazu French Dressing
(C/M/N/O)

Beilagensalat
mit Zucchini, Tomaten, Mais und
Blattsalat dazu Balsamico
Dressing (O)

Beilagensalat
mit Rohnen, Gurke, Mais und
Blattsalat dazu Knoblauch
Dressing (M/O)

Beilagensalat
mit Karotten, Tomaten, Gurke
und Blattsalat dazu Joghurt
Dressing (G/M/O)

Beilagensalat
mit Karotten, Karfiol, Kidney
Bohnen und Blattsalat dazu
French Dressing (C/M/N/O)

Allergene Stoffe

A Gluten
B Krebstiere

C Ei
D Fisch

E Erdnuss
F Soja

G Milch
H Nüsse

L Sellerie
M Senf

N Sesam
O Sulfite

P Lupinen
R Weichtiere

Die Auszeichnung der Allergene bezieht sich nicht auf den Salat.

mama-bringt's wünscht guten Appetit!

Vegetarische Gerichte - grüne Farbe