



MENÜPLAN



Essen wie zu Hause

KW 14 03.04. – 07.04.2023

Erwachsene Genussportion

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Fleisch	Rindsgulasch (L/O) mit Dralli Nudeln (A/C)	Piccata Milanese (Huhn) (A/C/G) mit Tomatensauce (), Spaghetti (A/C)	Faschierte Laibchen (Rind) (A/C/G/M) mit Pfefferrahmsauce (G/L/O), Kartoffelpüree (G)	Wurstnudeln mit Braunschweiger (Schwein) (A/C/G/L/M)	Gebratenes Seehechtfilet (Fisch) (D) auf Spargel-Ragout (G/L/O) mit Kartoffelcreme (G)
Vegetarisch	Polenta überbacken mit Gemüse (C/G) dazu Tomatensauce (-)	Gemüse Paella (L)	Überbackener Nudel-Gemüse-Auflauf (A/C/G) mit Tomaten-Basilikumsauce () und Grana Padano (C/G)	Spinatknödel (A/C/G) in Trüffelrahmsauce (A/G/L/O)	Hausgemachter Sterz (A/G) mit fruchtigem Apfelmus ()
Kalt	Amerikanischer Coleslaw Salat (C/G/M/O) mit Putenstreifen () und Baguette(A/G)	Antipasti Gemüse mit Feta (G/O), Korngebäck (A/F/G/N) dazu Balsamico-Dressing (M/O)	Chinakohl Salat mit Ananas, Traube, Hühnerstreifen, dazu French Dressing (A/C/M/O) und Baguette (A/G)	Thunfisch Wrap auf Blattsalat (A/C/D/G/M) mit Joghurtdressing (A/C/G/M/O)	Veganer Quinoa Taboulé mit Pak Choi (O)
Beilagen salat	Beilagensalat mit Karotten, Mais, und Kidney Bohnen dazu French Dressing (C/M/N/O)	Beilagensalat mit gelben Rüben, Kirschtomaten, Karfiol und Blattsalat dazu Balsamico Dressing (O)	Beilagensalat mit Rohnen, Karotten, Gurken und Blattsalat dazu French Dressing (C/M/N/O)	Beilagensalat mit Rotkraut, Mais, Gurken und Blattsalat dazu French Dressing (C/M/N/O)	Beilagensalat mit Weißkraut, Karotten, Paprika und Blattsalat dazu Balsamico Dressing (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