

**weiß:** zur Mitgabe an den Fahrer  
**blau:** für Ihren Haushalt

# Speiseplan November

**Name, Vorname:**

Nov	<b>Menü 1</b> Vollkost	<b>Menü 2</b> Leichte Vollkost	<b>Menü 3</b> Vegetarisch
Mittwoch 01	Zürcher Kalbgeschnetzeltes <sup>LA</sup> mit Pilzen und Spätzle <sup>GW,EI</sup> Caramellpudding <sup>LA</sup> mit Salat	Rindergulasch <sup>GW</sup> dazu Püree <sup>LA</sup> und Wachsbrechbohnen Caramellpudding <sup>LA</sup> mit Salat	Kartoffeltaschen mit Käsefüllung <sup>LA</sup> an Tomatensoße Caramellpudding <sup>LA</sup> mit Salat
Donnerstag 02	Rinderbraten <sup>GW</sup> dazu Kartoffelknödel <sup>GW,LA,EI</sup> und Rotkraut Fruchtjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Schweinebraten <sup>LA,GW</sup> mit Vollkornnudeln <sup>GW,EI</sup> und Schwarzwurzeln Fruchtjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Rotes Linsencurry <sup>SO,SS,SF,SL</sup> mit Reis und Bohnengemüse Fruchtjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat
Freitag 03	Fischfilet <sup>F</sup> paniert <sup>EI,GW</sup> an Tomatensoße mit Reis und Brokkoli Früchtequark <sup>LA</sup> mit Salat	Fischfilet <sup>F</sup> an Dillsoße <sup>LA</sup> dazu Kartoffele und Spinat Früchtequark <sup>LA</sup> mit Salat	Pfannkuchen <sup>GW,LA,EI</sup> mit Apfelmus <sup>7</sup> Früchtequark <sup>LA</sup> mit Salat
Samstag 04	Frühlingsrolle <sup>GW</sup> mit Chinagemüse <sup>GW</sup> und Reis Ananaskompott mit Salat	Ein Paar Saiten <sup>2,3</sup> mit Kräuterpüree <sup>LA</sup> und Mischgemüse Ananaskompott mit Salat	Bohneneintopf <sup>GW,EI</sup> mit Gemüse dazu Vollkornbrötchen Ananaskompott mit Salat
Sonntag 05	Schweinerückensteak „Jägerart“ <sup>GW,LA</sup> mit Spätzle <sup>GW,EI</sup> und Karottengemüse Erdbeerjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Putensteak Natur mit Reis und Kaisergemüse Erdbeerjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Brokkolitaler <sup>GW,EI</sup> an Kräutersoße <sup>LA</sup> dazu Karottengemüse und Teigwaren <sup>GW,EI</sup> Erdbeerjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat
Montag 06	Rinderbraten an Madeirasoße <sup>GW</sup> mit Kartoffelrösti <sup>GW</sup> und feinen Erbsen Frisches Obst mit Salat	Spaghetti <sup>GW,EI</sup> Bolognese mit Parmesankäse <sup>LA</sup> Frisches Obst mit Salat	Überbackener Blumenkohl <sup>LA</sup> mit Sauce Hollandaise <sup>LA,EI</sup> und Kartoffele Frisches Obst mit Salat
Dienstag 07	Schäufele <sup>1,7</sup> mit Sauerkraut und Kartoffeln Panna Cotta mit Himbeermark <sup>LA</sup> mit Salat	Rindergeschnetzeltes <sup>GW</sup> mit Vollkornnudeln <sup>GW,EI</sup> Panna Cotta mit Himbeermark <sup>LA</sup> mit Salat	Geschmorte Auberginen <sup>GW,EI,LA</sup> gefüllt mit Tomate und Esskastanien dazu Reis Panna Cotta mit Himbeermark <sup>LA</sup> mit Salat
Mittwoch 08	Kohlrabischnitzel <sup>LA,EI,LA</sup> mit Paprikagemüse und Bandnudeln <sup>GW,EI</sup> Mandarinquark <sup>LA</sup> mit Salat	Bunte Nudeln <sup>GW,EI</sup> mit Pestogemüesoße <sup>LA,SF</sup> Mandarinquark <sup>LA</sup> mit Salat	Käse-Krustis <sup>GW,EI,LA</sup> mit Paprikagemüse und Reis Mandarinquark <sup>LA</sup> mit Salat
Donnerstag 09	Linsen <sup>GW,SE</sup> mit Spätzle <sup>GW,EI</sup> und Saitenwürstchen <sup>1,2,7</sup> Quarkspeise <sup>LA</sup> mit Salat	Gekochtes Rindfleisch <sup>SO,LA</sup> mit Kartoffele und Schwarzwurzel Quarkspeise <sup>LA</sup> mit Salat	Überbackene Aubergine <sup>LA</sup> mit Tomatensoße dazu Paprikagemüse und Reis Quarkspeise <sup>LA</sup> mit Salat
Freitag 10	Paniertes Schollenfilet <sup>F,GW</sup> mit Remouladensoße <sup>1,5,6,7,LA</sup> und Kartoffelsalat Ananasjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Eierstich mit Tomatensoße dazu Brokkoli und Kartoffele Ananasjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Panierte Pilze <sup>GW</sup> mit Sauce Remoulade <sup>1,5,6,7,LA</sup> und Kartoffelsalat Ananasjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat
Samstag 11	Gefüllte Kohlroulade <sup>Se,La,EI</sup> mit Kartoffelpüree <sup>LA</sup> und Tomatensoße Himbeercreme <sup>LA</sup> mit Salat	Hühnereintopf mit Nudeln <sup>GW,EI</sup> und Brötchen <sup>GW</sup> Himbeercreme <sup>LA</sup> mit Salat	Vollkornbratling <sup>GW,EI,SL</sup> dazu Kartoffelpüree <sup>LA</sup> und Bohnengemüse Himbeercreme <sup>LA</sup> mit Salat
Sonntag 12	Kalbsbraten <sup>GW</sup> mit Teigwaren <sup>GW,EI</sup> dazu Karottengemüse Kaffeecreme <sup>LA</sup> mit Salat	Schweinefilet an Kräutersoße <sup>LA</sup> mit Spätzle und Karottengemüse Kaffeecreme <sup>LA</sup> mit Salat	Nudelauflauf <sup>GW,EI</sup> mit Kräutersoße <sup>GW,EI</sup> dazu Karottengemüse und Spätzle <sup>GW,EI</sup> Kaffeecreme <sup>LA</sup> mit Salat
Montag 13	Maultaschen mit Specksoße <sup>GW,M,La,EI</sup> und Kartoffelsalat Fruchtquark <sup>LA</sup> mit Salat	Hackfleischbällchen <sup>GW,M,La,EI</sup> dazu Nudeln <sup>GW,EI</sup> und Blumenkohl Fruchtquark <sup>LA</sup> mit Salat	Kürbiskotletts <sup>GW,EI</sup> mit Kartoffele Fruchtquark <sup>LA</sup> mit Salat
Dienstag 14	Hähnchenschlegel an Paprikasoße <sup>1,2,7</sup> mit Bandnudeln <sup>GW</sup> Zitronencreme <sup>LA,5</sup> mit Salat	Spaghetti <sup>GW,EI</sup> Bolognese <sup>SL</sup> Zitronencreme <sup>LA,5</sup> mit Salat	Kartoffelküchle <sup>GW</sup> mit Apfelmus <sup>7</sup> Zitronencreme <sup>LA,5</sup> mit Salat
Mittwoch 15	Gefüllte Zucchini mit Hackfleisch <sup>EI,GW,LA</sup> dazu Reis und Kräuterrahmsoße <sup>LA,SL</sup> Quarkspeise <sup>LA</sup> mit Salat	Putenscheiben auf Gemüesoße <sup>LA</sup> mit Kräuterreis Quarkspeise <sup>LA</sup> mit Salat	Gefüllte Paprika mit Käse <sup>GW,SI,EI</sup> dazu Röstkartoffeln und Bohnengemüse Quarkspeise <sup>LA</sup> mit Salat



Nov	<b>Menü 1</b> Vollkost	<b>Menü 2</b> Leichte Vollkost	<b>Menü 3</b> Vegetarisch
<b>Donnerstag</b> 16	Hirschgulasch <sup>GW</sup> mit Kartoffelknödel und Rotkraut Kokoscreme <sup>LA</sup> mit Salat	Schweinegeschnetzeltes <sup>GW</sup> mit Teigwaren <sup>GW,EI</sup> und Kaisergemüse Kokoscreme <sup>LA</sup> mit Salat	Krautschupfnudeln <sup>SO,LA,GW</sup> Kokoscreme <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Freitag</b> 17	Paniertes Seelachsfilet <sup>F</sup> an Remouladensoße <sup>M,La,Ei,Se,1,5,7</sup> mit Kartoffeln und Spinat <sup>M,La</sup> Aprikosenquark <sup>LA</sup> mit Salat	Rotbarschfilet <sup>F</sup> an Kräutersoße <sup>So,La</sup> mit Kartoffeln und Brokkoligemüse Aprikosenquark <sup>LA</sup> mit Salat	Gnocchi <sup>GW,EI</sup> mit mediterranem Gemüse an Tomatensoße mit Parmesankäse <sup>LA</sup> Aprikosenquark <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Samstag</b> 18	Kalbfleischragout mit Kräuterreis dazu Karottengemüse Bananen mit Salat	Heiße Lyoner <sup>1,2,7</sup> mit Würfelkartoffeln und gemischtem Gemüse Bananen mit Salat	Rote Bete Bratling <sup>GW,EI,SL,SS</sup> dazu Fenchelgemüse und Kräuterreis mit Salat
<b>Sonntag</b> 19	Lendchen an Sauce Béarnaise <sup>La,EI</sup> mit Teigwaren <sup>GW,EI</sup> und Karotten Vanillepudding <sup>LA</sup> mit Salat	Rinderbraten <sup>GW</sup> dazu Spätzle <sup>GW,EI</sup> und Karotten Vanillepudding <sup>LA</sup> mit Salat	Sellerieschnitzel <sup>Sl,GW</sup> an Waldpilzsoße <sup>So,La,7</sup> mit Teigwaren <sup>GW,EI</sup> und Gemüse Vanillepudding <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Montag</b> 20	Fleischküchle <sup>GW,SL,Se</sup> an Paprikasoße dazu Röstkartoffeln und Mischgemüse Mandarinquark <sup>LA</sup> mit Salat	Schweinegeschnetzeltes <sup>GW</sup> mit Reis und Brokkoli Mandarinquark <sup>LA</sup> mit Salat	Mariniertes Gemüse aus der Pfanne auf Sellerie-Pastinaken-Püree <sup>LA</sup> Mandarinquark <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Dienstag</b> 21	Schweinebraten <sup>GW</sup> mit Kartoffelknödel und Rahmwirsing <sup>LA</sup> Buttermilchdessert <sup>LA</sup> mit Salat	Hähnchenbrustfilet an Kräutersoße <sup>SO,LA</sup> mit Bandnudeln <sup>LA,EI</sup> und Karottengemüse Buttermilchdessert <sup>LA</sup> mit Salat	Kräuterrahmknöpfle <sup>GW,EI,LA</sup> mit Champignons <sup>7</sup> Buttermilchdessert <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Mittwoch</b> 22	Brezelknödel <sup>GW,EI,LA</sup> mit Rahmpilzen <sup>LA</sup> und Brokkolispargel Schokopudding <sup>LA</sup> mit Salat	Brokkoli-Nudel-Auflauf <sup>GW,EI,LA</sup> mit Kräutersoße <sup>LA</sup> Schokopudding <sup>LA</sup> mit Salat	Zucchini-puffer <sup>GW,LA,EI</sup> dazu Sauerrahmdip <sup>LA</sup> und Reis Schokopudding <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Donnerstag</b> 23	Königsberger Klopse <sup>EI,GW</sup> mit Salzkartoffeln und geschmorten Karotten <sup>LA</sup> Fruchtjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Rahmbraten <sup>LA</sup> mit Vollkornnudeln <sup>GW,EI</sup> und Schwarzwurzeln Fruchtjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat	Brokkolimedallions an Kräutersoße <sup>LA,GW</sup> mit Karottengemüse und Kartoffeln Fruchtjoghurt <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Freitag</b> 24	Fischfilet <sup>F</sup> paniert <sup>EI,GW</sup> an Tomatensoße mit Kartoffeln und Brokkoli Obstsalat mit Salat	Fischroulade <sup>F,GW,SO</sup> an Dillssoße <sup>LA</sup> mit Bandnudeln <sup>GW,EI</sup> und Spinat Obstsalat mit Salat	Käsespätzle <sup>GW,EI,LA</sup> geschmolzt Obstsalat mit Salat
<b>Samstag</b> 25	Bratwurst <sup>GW</sup> dazu Kartoffelbrei <sup>LA</sup> und Mischgemüse Ananaskompott <sup>5</sup> mit Salat	Weißwurst <sup>2,3</sup> mit Kräuterpüree <sup>LA</sup> und Mischgemüse Ananaskompott <sup>5</sup> mit Salat	Nudeleintopf <sup>GW,EI</sup> mit Gemüse und Vollkornbrötchen <sup>GW,EI</sup> Ananaskompott <sup>5</sup> mit Salat
<b>Sonntag</b> 26	Schweinerückensteak <sup>1,2,7</sup> „Jägerart“ mit Spätzle <sup>GW,EI</sup> und Karottengemüse Erdbeerpudding <sup>LA</sup> mit Salat	Rinderbraten dazu Spätzle und Kaisergemüse Erdbeerpudding <sup>LA</sup> mit Salat	Gebratene Buchweizennudeln <sup>EI,LU</sup> mit asiatischem Gemüse <sup>SS,SL</sup> und Ei Erdbeerpudding <sup>LA</sup> mit Salat
<b>Montag</b> 27	Gebratener Fleischkäse dazu Kartoffelpüree und Butterbohnen <sup>GW,M,La,EI</sup> Fruchtkompott <sup>5</sup> mit Salat	Rinderbraten mit Teigwaren <sup>GW,EI</sup> und Selleriewürfel Pfirsichschnitze <sup>5</sup> mit Salat	Blumenkohl-Käse-Medallions <sup>GW,M,La,EI,SL</sup> an Kräutersoße <sup>So,M,La</sup> mit Butterbohnen <sup>GW,M,La,EI</sup> Fruchtkompott <sup>5</sup> mit Salat
<b>Dienstag</b> 28	Linsen <sup>SD,6,7,8</sup> mit Spätzle und Saitenwürstchen <sup>M,La</sup> Bisquiterdbeerrolle <sup>M,LA,EI</sup> mit Salat	Putenscheiben auf Gemüsesoße <sup>M,La</sup> mit Kräuterreis Kokoscreme <sup>M,La</sup> mit Salat	Tortellini in Tomatensoße dazu Broccoli Bisquiterdbeerrolle <sup>M,LA</sup> mit Salat
<b>Mittwoch</b> 29	Paniertes Schnitzel <sup>GW,EI,M,La</sup> mit Kartoffelsalat Fruchtkompott <sup>5</sup> mit Salat	Rindergeschnetzeltes dazu Bandnudeln <sup>GW,EI</sup> und Kaisergemüse Himbeercreme <sup>M,La,5</sup> mit Salat	Pfannkuchen <sup>GW,EI,M,LA</sup> mit Apfelmus Fruchtkompott <sup>5</sup> mit Salat
<b>Donnerstag</b> 30	Schweine-Senfbraten <sup>GW,M,La,Se</sup> dazu Kartoffelkroketten und Rosenkohl Berliner Pfannkuchen mit Salat	Hähnchenschlegel an Bratensoße <sup>SE</sup> mit Gemüseris Schokopudding <sup>M,La</sup> mit Salat	Spaghetti mit Gemüsesoße <sup>M,La</sup> Berliner Pfannkuchen mit Salat

-Änderungen vorbehalten-

Zusatzstoffe: (1) konserviert, (2) mit Phosphat (3) mit Geschmacksverstärker, (4) gewachst,  
(5) mit Süßstoff, (6) mit Farbstoff, (7) mit Antioxidationsmittel, (8) geschwefelt

Weitere Informationen laut EU-Lebensmittel VO entnehmen Sie bitte der Anlage 1 Ihrer "Vereinbarung Mobiles Menü"