

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

Speiseplan
Oktober

Name, Vorname:

Oktober	Menü 1 Vollkost
Donnerstag 01	Schweineschnitzel ^{GW, Ei} mit Kartoffelsalat ^{SF} Fruchtjoghurt ^{LA} mit Salat
Freitag 02	Nasi Goreng ^{GW, Ei, SE} mit Reis und Chinagemüse ^{SO, SS, GW, 6} Früchtequark ^{LA} mit Salat
Samstag 03	Gaißburger Marsch ^{GW, Ei} mit Rindfleisch und Brötchen ^{GW} Fruchtcocktail ⁵ mit Salat
Sonntag 04	Schweinelenochen "Jägerart" ^{LA} dazu Bauernspätzle ^{GW, Ei} und Kaisergemüse Kokoscreme ^{LA} mit Salat
Montag 05	Schweinenackensteak ^{GW, LA} dazu Rahmerbsen ^{LA} und Spätzle ^{GW, Ei} Birnenquark ^{LA} mit Salat
Dienstag 06	Hähnchenschlegel und Paprikagemüse ^{GW} dazu Bandnudeln ^{GW} Vanillecreme ^{LA} mit Salat
Mittwoch 07	Geschmorte gefüllte Paprikaschote ^{GW} mit Reis und Tomatensoße Quarkspeise ^{LA} mit Salat
Donnerstag 08	Wildschweingulasch "Waidmannsart" ^{GW} mit Spätzle ^{GW, Ei} und Speckrosenkohl ^{LA} Erdbeercreme ^{LA} mit Salat
Freitag 09	Paniertes Seelachsfilet ^{F GW, Ei} auf mediteranem Gemüse ^{SE} mit Kartoffeln Apfelkuchencreme ^{LA} mit Salat
Samstag 10	Geschnittene Maultaschen ^{LA, Ei, SL} mit Soße Banane mit Salat
Sonntag 11	Rinderbraten ^{LA, Ei} dazu Teigwaren ^{GW, Ei} und Karottengemüse Haselnusspudding ^{LA, SF} mit Salat
Montag 12	Hackrahmbraten ^{LA, Ei, GW} mit Nudeln und Mischgemüse Tropischer Fruchtcocktail ⁵ mit Salat
Dienstag 13	Cevapcici vom Rind mit Madeirasoße ^{GW} dazu Reis und Balkangemüse Fruchtjoghurt ^{LA} mit Salat
Mittwoch 14	Kassler Hals ^{7, 1, 2, 3} mit Sauerkraut und Kartoffeln Mandarinencreme ^{LA} mit Salat
Donnerstag 15	Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art" ^{LA} mit Reis Vanillepudding ^{LA} mit Salat

Menü 2 Leichte Vollkost
Schweinebraten ^{LA, GW, Ei} dazu Teigwaren ^{GW} und Mischgemüse Fruchtjoghurt ^{LA} mit Salat
Schollenfilet ^F natur mit Dillsoße ^{LA} Kartoffele und Brokkoligemüse Früchtequark ^{LA} mit Salat
Fleischkäse ^{1, 2, 7} dazu Püree ^{LA} und Mischgemüse Fruchtcocktail ⁵ mit Salat
Hähnchenbrustfilet an Kräutersoße ^{LA} dazu Reis und Mischgemüse Kokoscreme ^{LA} mit Salat
Hackfleischbällchen ^{GW, LA, Ei} in Kräutersoße ^{GW} dazu Kartoffeln und Kohlrabi Birnenquark ^{LA} mit Salat
Rindfleischragout ^{LA} mit Kräuterreis und Karottengemüse Vanillecreme ^{LA} mit Salat
Putenschnitzel "natur" dazu Gemüsesoße ^{LA, SF} und Püree Quarkspeise ^{LA} mit Salat
Schweinegeschnetzeltes ^{GW} dazu Reis und Kaisergemüse Erdbeercreme ^{LA} mit Salat
Eierstich ^{Ei, LA} in Tomatensoße mit Kartoffeln Apfelkuchencreme ^{LA} mit Salat
Leicht gebratene Oberländer Bratwurst ^{GW, 2} dazu Püree ^{LA} und Mischgemüse Banane mit Salat
Schweinebraten ^{GW} mit Spätzle ^{GW, Ei} und Karotten Haselnusspudding ^{LA, SF} mit Salat
Hähnchenschnitzel mit Püree und Vitalgemüse Tropischer Fruchtcocktail ⁵ mit Salat
Schweinebraten ^{GW} mit Vollkornnudeln und Gemüse ^{SE, Ei, GW} Fruchtjoghurt ^{LA} mit Salat
Putenbraten ^{GW} mit Gemüsesoße ^{SL} und Kräuterreis Mandarinencreme ^{LA} mit Salat
Gekochtes Rindfleisch ^{LA} dazu Kartoffeln und Zucchini­gemüse Vanillepudding ^{LA} mit Salat

Menü 3 Vegetarisch
Gebackene Pilze ^{GW, Ei} mit Kartoffelsalat ^{SF} Fruchtjoghurt ^{LA} mit Salat
Quarkauflauf mit Kirschen ^{LA, GW, Ei} und Vanillesoße ^{LA} Früchtequark ^{LA} mit Salat
Nudeleintopf ^{GW, Ei} mit Gemüseeinlage dazu Vollkornbrötchen ^{GW} Fruchtcocktail ⁵ mit Salat
Gemüsebratling ^{LA, Ei, GW} mit Spätzle Gemüse und Sahnesoße ^{LA} Kokoscreme ^{LA} mit Salat
Gefüllte Zucchini ^{GW, LA, Ei} mit Kartoffeln Birnenquark ^{LA} mit Salat
Kaiserschmarrn mit Rosinen ^{LA, Ei} Apfelmus ⁷ und Zimt-Zucker Vanillecreme ^{LA} mit Salat
Indisches Blumenkohl-Kartoffel-Curry mit Basmatireis Quarkspeise ^{LA} mit Salat
Geschmorte Kartoffeln ^{LA} dazu Kräutersoße ^{LA} und glasierte Karotten Erdbeercreme ^{LA} mit Salat
Grießschnitte ^{GW, Ei, LA} mit Zwetschgenröster ⁵ Apfelkuchencreme ^{LA} mit Salat
Blumenkohl-Käse-Medaillon ^{GW, LA, Ei, SL} mit Kartoffeln und Gemüse Banane mit Salat
Sellerieschnitzel ^{Ei, GW, SL} in Kräutersoße ^{LA} dazu Teigwaren ^{GW, Ei} und Karottengemüse Haselnusspudding ^{LA, SF} mit Salat
Spaghetti mit Gemüsebolognese ^{LA, GW, Ei} dazu Reibekäse Tropischer Fruchtcocktail ⁵ mit Salat
Spinatomelette ^{GW, Ei} mit Kräutersoße ^{LA} und Kartoffeln Fruchtjoghurt ^{LA} mit Salat
Vegetarische Lasagne ^{Ei} mit Tomatensoße ^{GW} Mandarinencreme ^{LA} mit Salat
Kräuterrührei ^{Ei} mit Kartoffeln und Spinat ^{LA} Vanillepudding ^{LA} mit Salat



Sozialstation



KRANKENHAUS
SRH OBERNDORF a.N.

-Bitte wenden-

Oktober	<u>Menü 1</u> <u>Vollkost</u>		<u>Menü 2</u> <u>Leichte Vollkost</u>		<u>Menü 3</u> <u>Vegetarisch</u>	
Freitag16	Paniertes Fischfilet ^{GW,F,EI} mit Kräutersoße ^{LA} dazu Kartoffeln und Brokkoli Bananenquark ^{LA}	mit Salat	Fischfilet ^F in Kräutersoße ^{LA} dazu Kartoffeln und Spinat ^{LA} Bananenquark ^{LA}	mit Salat	Bunter Salatteller ^{LA, SE, SL} mit Käse ^{LA} und Ei Bananenquark ^{LA}	mit Salat
Samstag17	Erbseneintopf ^{GW} mit Saitenwürstle ^{1, 2, 7} und Brötchen ^{GW, EI} Ananasjoghurt ^{LA}	mit Salat	Hackfleischküchle ^{GW, EI} dazu Kartoffelpüree ^{LA} und Karottengemüse Ananasjoghurt ^{LA}	mit Salat	Spaghetti ^{GW, EI} mit Tomatensoße Ananasjoghurt ^{LA}	mit Salat
Sonntag18	Zartes Schweinefilet dazu mit Spätzle und Kaisergemüse Schokopudding ^{LA}	mit Salat	Rinderbraten mit Bratensoße ^{GW} dazu Spätzle ^{GW, EI} und Kaisergemüse Schokopudding ^{LA}	mit Salat	Gemüseschnitzel ^{SL, GW} in Pilzsoße ^{LA, 7} dazu Teigwaren ^{GW, EI} und Kaisergemüse Schokopudding ^{LA}	mit Salat
Montag19	Bunter Hackfleischspieß "Budapest" mit Balkangemüse und Kartoffelkroketten ^{GW} Frisches Obst	mit Salat	Rindfleischklopse ^{GW, EI, SL} mit Kartoffelpüree ^{LA} und Kohlrabigemüse Frisches Obst	mit Salat	Blumenkohl-Kichererbsen-Pfanne mit Kräutersoße ^{LA} und Reis Frisches Obst	mit Salat
Dienstag20	Schwäbische Maultaschen ^{GW, EI, SL} mit Specksoße ^{GW, SL} und Kartoffelsalat ^{SE} Kirschjoghurt ^{LA}	mit Salat	Putenrollbraten dazu Nudeln und Vitalgemüse Kirschjoghurt ^{LA}	mit Salat	Auberginenragout mit Tomaten und Esskastanien, dazu Reis Kirschjoghurt ^{LA}	mit Salat
Mittwoch21	Deftiges Schweinsgulasch ^{LA, GW} mit Rotkohl und Salzkartoffeln Birnenquark ^{LA}	mit Salat	Grünkernbratlinge ^{GW, EI} mit Kartoffeln und Brokkoli Birnenquark ^{LA}	mit Salat	Spaghetti ^{GW, EI} mit einer Lauch- Gemüsesoße ^{LA} Birnenquark ^{LA}	mit Salat
Donnerstag22	Linsen ^{GW} mit Spätzle ^{GW, EI} und Saitenwürstchen ^{1, 2, 7} Bananenjoghurt ^{LA}	mit Salat	Gekochtes Rindfleisch ^{LA} dazu Kartoffeln und Schwarzwurzelgemüse ⁷ Bananenjoghurt ^{LA}	mit Salat	Nudelauflauf ^{GW, EI} mit Kräutersoße ^{LA} Bananenjoghurt ^{LA}	mit Salat
Freitag23	Paniertes Schollenfilet ^{F, GW} mit Remouladensoße ^{5, LA} und Kartoffelsalat ^{SE} Kuchen ^{GW, LA, SF}	mit Salat	Eierstich mit Tomatensoße dazu Brokkoli und Kartoffeln Kuchen ^{GW, LA, SF}	mit Salat	Geschmorte Süßkartoffeln mit Kräuterdip und Brokkoli Kuchen ^{GW, LA, SF}	mit Salat
Samstag24	Gefüllte Kohlroulade ^{SE, LA} dazu Kartoffelpüree ^{LA} und Bratensoße Ananasjoghurt ^{LA}	mit Salat	Hühnereintopf mit Nudeln ^{GW, EI} und Brötchen ^{GW, EI} Ananasjoghurt ^{LA}	mit Salat	Gemüseeeintopf mit Nudeln ^{GW, EI} und Brötchen ^{GW, EI} Ananasjoghurt ^{LA}	mit Salat
Sonntag25	Putenbraten ^{GW} mit Teigwaren ^{GW, EI} und Karottengemüse Nusscreme ^{LA, SF}	mit Salat	Schweinesteak mit Kräutersoße ^{LA} dazu Spätzle ^{GW, EI} und Karottengemüse Nusscreme ^{LA, SF}	mit Salat	Gemüseschnitzel paniert ^{GW, EI, SE} dazu Sauce Remoulade ^{5, LA} und Kartoffelsalat ^{SE} Nusscreme ^{LA, SF}	mit Salat
Montag26	Rostbratwurst ^{2, 7} mit Röstkartoffeln und Bohngengemüse Käsekuchen ^{GW, EI, LA}	mit Salat	Rindergeschnetzeltes ^{GW} mit Reis und Brokkoli Käsekuchen ^{GW, EI, LA}	mit Salat	Gefüllte Cannelloni mit Ricottakäse ^{GW, M, LA, EI} Karottengemüse Käsekuchen ^{GW, EI, LA}	mit Salat
Dienstag27	Schweinebraten ^{GW} mit Salzkartoffeln und Wirsinggemüse ^{LA} Buttermilchdessert ^{LA}	mit Salat	Hähnchenschlegel an Kräutersoße ^{LA} dazu Bandnudeln ^{GW, EI} Karottengemüse Buttermilchdessert ^{LA}	mit Salat	Kräuterrahmknöpfle ^{GW, EI, LA} mit Champignons Buttermilchdessert ^{LA}	mit Salat
Mittwoch28	Züricher Kalbsgeschnetzeltes ^{LA} mit Pilzen und Spätzle ^{GW, EI} Karamellpudding ^{LA}	mit Salat	Rindergulasch ^{GW} dazu Püree ^{LA} und Wachsbrechbohnen Karamellpudding ^{LA}	mit Salat	Kartoffeltaschen mit Käsefüllung ^{LA} und Tomatensoße Karamellpudding ^{LA}	mit Salat
Donnerstag29	Rinderroulade ^{GW} mit Kartoffelknödel ^{GW, LA, EI} und Rotkraut Fruchtjoghurt ^{LA}	mit Salat	Schweinebraten ^{LA, GW} dazu Vollkornnudeln ^{GW, EI} und Schwarzwurzeln Fruchtjoghurt ^{LA}	mit Salat	Buntes Thai- Linsencurry ^{SO, SS, SF, SL} mit Reis Fruchtjoghurt ^{LA}	mit Salat
Freitag30	Fischfilet ^F paniert ^{EI, GW} mit Tomatensoße dazu Reis und Brokkoli Apfelkuchencreme ^{LA}	mit Salat	Fischfilet ^F mit Dillsoße ^{LA} Kartoffeln und Spinat Apfelkuchencreme ^{LA}	mit Salat	Pfannkuchen ^{GW, LA, EI} mit Apfelmus ⁷ Apfelkuchencreme ^{LA}	mit Salat
Samstag31	Pikantes Chili con Carne mit Reis Ananaskompott	mit Salat	Fleischkäse ^{2, 3} dazu Kräuterpüree ^{LA} und Mischgemüse Ananaskompott	mit Salat	Bunte Gnocchipfanne mit Gemüse und Tomatensoße Ananaskompott	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"
