

**Bitte spätestens bis Montag,  
den 06.03.2023 zurückgeben!**



**Bestellung täglich heiß**

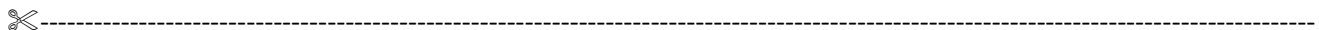
Name ..... Straße ..... Telefon .....

Vorname ..... PLZ/Ort ..... Email .....

**(Tage, an denen nichts geliefert werden soll, bitte streichen.)**

Woche	Menü nach Speiseplan					à la carte	Kuchenangebote 1,90€			Wasser
<b>11</b>	Tagesmenü	Diabetiker	Minimenü	Gourmet	Rohkost-Salat	Artikelnr.	Butter	Apfel	Kirsch	Anzahl
<b>Mo 13.03.</b>					Gurke					
<b>Di 14.03.</b>					R. Bete					
<b>Mi 15.03.</b>					Möhre					
<b>Do 16.03.</b>					Kraut					
<b>Fr 17.03.</b>					Gurke					
<b>Sa 18.03.</b>					R. Bete					
<b>So 19.03.</b>					Möhre					

Datum ..... Unterschrift .....



## Speiseplan 11. Woche 2023

**Wechselnde Rohkostsalate (Kraut, Möhre, Rote Bete, Gurke) für 1,50 €**



(Änderungen vorbehalten)

• = Zuckerarm, max. 35 g Fett

Tag	Tagesmenü (€ 10,60)	Diabetikermenü (€ 10,60)	Minimenü (€ 10,-)	Gourmetmenü (€ 12,10)
<b>Mo 13.03. 2023</b>	4098 – Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Soße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln (•3,8 BE, 45g KH)	4780 – Hähnchenfilets „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage und Langkornreis (•4,2 BE, 50g KH)	4603 – Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln (•2,5 BE, 30g KH)	4334 – Kalbgeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Brokkoli und Kräuterspätzle (•3,5 BE, 42g KH)
<b>Di 14.03. 2023</b>	4429 – Gebackene Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree (•4,5 BE, 53g KH)	4249 – Rindersaftgulasch in herzhafter Soße, dazu Spätzle (•4,6 BE, 55g KH)	4502 – Goldgelb gebackener Pfannkuchen mit roter Grütze, dazu Joghurtsoße (5,4BE, 64g KH)	4021 – Rostbratwürstchen Fränkische Art“ vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree (•3,3 BE, 40g KH)
<b>Mi 15.03. 2023</b>	4610 – Hausgemachter Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein (•2,9 BE, 35g KH)	4053 – Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln (•3,7 BE, 44g KH)	4755 – Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell“ und Gabelspaghetti (•2,7 BE, 32g KH)	4591 – Gnocchi in einer Gemüsemischung „Mediterraner Art“ (•5,8 BE, 69g KH)
<b>Do 16.03. 2023</b>	4158 – Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln (•2,7 BE, 32g KH)	4565 – Rührei mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln (•3,7 BE, 44g KH)	4493 – Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüsereis (•3,7 BE, 44g KH)	4183 – Mini-Steaklets in Soße, dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln (•2,9 BE, 35g KH)
<b>Fr 17.03. 2023</b>	4539 – Süßer Apfelmilchreis mit Zucker und Zimt (6,8 BE, 81g KH)	4406 – Seelachfilet in Tomatensoße „mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse, dazu Kartoffelwürfel (•4,0 BE, 44g KH)	4097 – Rinderfrikadelle in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln (•2,7 BE, 32g KH)	4494 – Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße, dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln (•3,1 BE, 37g KH)
<b>Sa 18.03. 2023</b>	4585 – Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken (•3,9 BE, 47g KH)	4683 – Cremige Erbsensuppe mit bunter Gemüseeinlage (•3,1 BE, 37g KH)	4168 – Saftiger Schweinebraten in Bratensoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (•2,9 BE, 35g KH)	4798 – Hähnchenbrust in fruchtiger Tomaten-Balsamico-Soße, dazu Gemüse-Reis (•3,8 BE, 45g KH)
<b>So 19.03. 2023</b>	4224 – Tafelspitz vom Rind in Schnittlauch-Rahmsauce mit Suppengemüse, dazu Salzkartoffeln (•3,0 BE, 35g KH)	4131 – Paniertes Schweineschnitzel in pikanter Schaschlik-Soße, dazu Spiralnudeln (•4,9 BE, 59g KH)	4553 – Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel (•3,6 BE, 43g KH)	4190 – Schweinemedallions in Champignonsoße mit Feinschmeckergemüse und Petersilienkartoffeln (•2,5 BE, 30g KH)

Informationen zu Allergenen und Inhaltsstoffen erhalten Sie unter 0214/85542 400 oder [www.apetito.de/artikelinfo](http://www.apetito.de/artikelinfo)