

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
12	Tagesmenü	Diabetiker	Minimenü	Gourmet	Rohkost-Salat	Artikelnr.	Butter	Apfel	Kirsch	Anzahl
Mo 20.03.					Kraut					
Di 21.03.					Gurke					
Mi 22.03.					R. Bete					
Do 23.03.					Möhre					
Fr 24.03.					Kraut					
Sa 25.03.					Gurke					
So 26.03.					R. Bete					

Datum Unterschrift

✂-----

Speiseplan 12. 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)
Mo 20.03. 2023	4465 – Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln (•4,0 BE, 48g KH)	4556 – Karottenecke in Knusperpanade, Romanesco-Möhrengemüse und Salzkartoffeln, dazu Buttersoße (•4,3 BE, 52g KH)	4797 – Klassisches Hühner-Frikassee in Rahmsoße mit Gemüseeinlage, dazu bunter Gemüseris (•3,5 BE, 42g KH)	4260 – Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinenssoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (•5,1 BE, 61g KH)
Di 21.03. 2023	4598 – Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße mit buntem Gemüse (4,2 BE, 40g KH)	4124 – Rahmgeschnitzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln (•2,8 BE, 32g KH)	4060 – Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße, bayrisches Weißkohlgemüse und Petersilienkartoffeln (•2,4 BE, 29g KH)	4211 – „Westfälisches Zwiebelfleisch“ vom Rind in klassischer Zwiebelsoße mit grünen Bohnen und Salzkartoffeln (•2,8 BE, 41g KH)
Mi 22.03. 2023	4644 – Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch (•3,2 BE, 38g KH)	4462 – Panierte Alaska-Seelachshappen, würziger Dip und Petersilienkartoffeln (•4,6 BE, 55g KH)	4580 – Champignons in Rahmsoße, dazu Serviettenknödel (•4,3 BE, 52g KH)	4759 – Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln (•4,2 BE, 51g KH)
Do 23.03. 2023	4074 – Traditionelle Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln (3,5BE, 42g KH)	4533 – Cremiger Vollmilch-Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) (•3,8 BE, 46g KH)	4146 – Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle (•2,8 BE, 33g KH)	4740 – Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße, dazu Fingermöhren und Spätzle (•3,8 BE, 46g KH)
Fr 24.03. 2023	4226 – Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln (•2,9 BE, 35g KH)	4560 – Herzhafter Rosekohl-Kartoffelpfanne mit Apfel-Zwiebel-Garnitur (•4,4 BE, 53g KH)	4792 – Zarten Hühnerfleisch in Champignonsoße, dazu Erbsen „naturell“ und Langkornreis (•3,6 BE, 37g KH)	4411 - Gedünstetes Lachsfilet in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln (•3,4 BE, 41g KH)
Sa 25.03. 2023	4079 – Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein, mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln (•4,1 BE, 49g KH)	4645 – Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch (•2,6 BE, 32g KH)	4762 – Gebratene Geflügel-Fleischbällchen in Curry-Rahm-Soße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln (•4,2 BE, 51g KH)	4320 – Kalbsgeschnitzeltes in Pfefferrahmsoße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln (•3,8 BE, 45g KH)
So 26.03. 2023	4595 – Eieromelette auf Ratatouille-Gemüse, dazu Käse-Tortellini in Käsesoße mit Spinat (•5,4 BE, 65g KH)	4086 – Zwei saftige Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße, dazu Stampfkartoffeln mit Petersilie (•3,5 BE, 42g KH)	4199 – Saftiges Kasseler in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln (•2,2 BE, 26g KH)	4319 – Zartes Gulasch vom Hirsch in Rotweinssoße mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße (6,4 BE, 76g KH)

Informationen zu Allergenen und Inhaltsstoffen erhalten Sie unter 0214/85542 400 oder www.apetito.de/artikelinfo