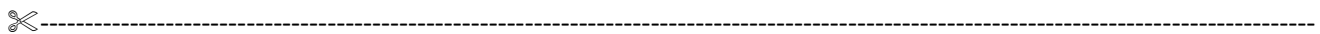


Name Straße Telefon

Vorname PLZ/Ort Email

Woche	Menü nach Speiseplan						à la carte	Kuchenangebote 1,90€			Wasser	Frühstück	Abendbrot
12	Tagesmenü	Diabetiker	Minimenü	Gourmet	Rohkost-Salat		Artikelnr.	Butter	Apfel	Kirsch	Anzahl	Anzahl	Anzahl
Mo 16.					Kraut								
Di 17.					Gurke								
Mi 18.					R. Bete								
Do 19.					Möhre								
Fr 20.					Kraut								
Sa 21.					Gurke								
So 22.					R. Bete								

Datum Unterschrift



Speiseplan 12. Woche 2020

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



(Änderungen vorbehalten)

• = Zuckerarm, max. 35 g Fett

Tag	Tagesmenü (€ 8,35)	Diabetikermenü (€ 8,35)	Minimenü (€ 8,00)	Gourmetmenü (€ 9,55)
Mo 16.03. 2020	4081 – Herzhafte Mini-Frikadellen (Rind + Schwein) in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln (3,8 BE, 45g KH)	4599 – Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln (•3,8 BE, 46g KH)	4792 – Zarten Hühnerfleisch in Champignonsoße, dazu Erben „naturell“ und Langkornreis (•3,1 BE, 37g KH)	4200 – Saftiger Rinderschmorbraten in kräftiger Soße, dazu Dillmöhren und Kartoffel-Senf-Stampf (•2,2 BE, 26g KH)
Di 17.03. 2020	4552 – Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese (•6,6 BE, 80g KH)	4275 – Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln (•3,8 BE, 45g KH)	4227 – Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle (•3,9 BE, 47g KH)	4164 – Schweinegulasch „Hausfrauen Art“ mit feinem Blumenkohl und Salzkartoffeln (•2,9 BE, 34g KH)
Mi 18.03. 2020	4622 – Rustikaler Kartoffel-Linsen-Eintopf mit Schweinefleisch (•4,6 BE, 55g KH)	4767 – Geflügelbratwurst in herzhafter Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln (•2,7 BE, 33g KH)	4581 – Goldgelbes Rührei mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, dazu Frühlingspüree (•2,5 BE, 30g KH)	4740 – Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße, dazu Fingermöhren und Spätzle (•3,8 BE, 45g KH)
Do 19.03. 2020	4543 – Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung, dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale (•4,9 BE, 59g KH)	4001 – Fleischklößchen (Rind + Schwein) in Champignonsoße, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln (•3,3 BE, 40g KH)	4099 – Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, grünen Bohnen und Kartoffelklößen (•3,5 BE, 42g KH)	4013 – Zwei Rinderfrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben (•4,9 BE, 58g KH)
Fr 20.03. 2020	4406 -Seelachfilet in mediterraner Tomatensoße mit Grill-Gemüse und Kartoffelwürfeln (•4,0 BE, 48g KH)	4533 – Cremiger Vollmilch-Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) (•3,9 BE, 47g KH)	4756 – Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell“ und Gabelspaghetti (•2,9 BE, 34g KH)	4424 – Schlemmerfilet „Florentin“ (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Auflage, buntem Gemüse und Rahm-Kartoffeln (•3,1 BE, 37g KH)
Sa 21.03. 2020	4061 – Hackbraten und Kräutersoße, dazu grüne Bohnen „naturell“ und Salzkartoffeln (•3,5 BE, 41g KH)	4628 – Vegetarischer Kürbis-Kartoffeleintopf mit Steckrübe (•3,4 BE, 40g KH)	4168 – Saftiger Schweinebraten in Bratensoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln (•2,8 BE, 33g KH)	4144 – Deftiges Eisbeinflisch auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (•3,3 BE, 40g KH)
So 22.03. 2020	4297 – Zartes Rindergeschnetzeltes Stroganoff“ mit „Hausmacher-Spätzle“ (•4,6 BE, 5g KH)	4086 – Zwei saftige Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße, dazu Stampfkartoffeln mit Petersilie (•3,3 BE, 40g KH)	4212 – Rinderroulade mit Hackfleischfüllung, dazu grüne Bohnen und Kartoffel-Senf-Stampf (•2,4 BE, 28g KH)	4761 – Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße (•4,5 BE, 54g KH)

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