

Bestellung täglich heiß

**Bitte spätestens bis Montag,  
den 18.07.2022 zurückgeben!**



Name ..... Straße ..... Telefon .....

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

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

Woche	Menü nach Speiseplan					Di / Do	à la carte	Kuchenangebote 1,90€			Wasser	Frühstück	Abendbrot
30	Tagesmenü	Diabetiker	Minimenü	Gourmet	Rohkost-Salat	Großer Salat	Artikelnr.	Butter	Apfel	Kirsch	Anzahl	Anzahl	Anzahl
Mo 25.					R. Bete								
Di 26.					Möhre								
Mi 27.					Kraut								
Do 28.					Gurke								
Fr 29.					R. Bete								
Sa 30.					Möhre								
So 31.					Kraut								

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

## Speiseplan 30. Woche 2022



**Wechselnde Rohkostsalate (Kraut, Möhre, Rote Bete, Gurke) für 1,20 €**

(Änderungen vorbehalten) • = Zuckerarm, max. 35 g Fett

Tag	Tagesmenü (€ 9,40)	Diabetikermenü (€ 9,40)	Minimenü (€ 8,90)	Gourmetmenü (€ 10,70)
<b>Mo 25.07.2022</b>	4002 – Hackbällchen vom Schwein und Rind in Preiselbeer-Sahne-Soße mit Nudeln (•4,5 BE, 54g KH)	4565 – Rührei mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln (•3,6 BE, 43g KH)	4082 – Bratwurst vom Schwein in Soße, mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Stampfkartoffeln (•1,9 BE, 23g KH)	4124 – Rahmgeschnetztes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln (•2,7 BE, 32g KH)
<b>Di 26.07.2022</b>	4641 – Herzhafter Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein (•4,7 BE, 56g KH)	4472 – Panierter Alaska-Seelachs in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel (•4,1 BE, 49g KH)	4580 – Champignons in Rahmsoße, dazu Serviettenknödel (•4,4 BE, 53g KH)	4221 – Rinderroulade „Hausfrauen Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (•3,9 BE, 47g KH)
<b>Salatangebot: Gemischter Salat mit Thunfisch, dazu Essig-Öl-Dressing und Brotbeilage für 9,40 €</b>				
<b>Mi 27.07.2022</b>	4564 - Vegetarische Bällchen auf Soja-Weizen-Basis in Tomaten-Oliven-Soße, dazu eine Nudelreis-Gemüse-Pfanne (•4,4 BE, 52g KH)	4053 – Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln (•3,7 BE, 44g KH)	4060 – Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße, mit bayrischem Weißkohlgemüse und Petersilienkartoffeln (•2,4 BE, 29g KH)	4400 – Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüsereis (•5,5 BE, 66g KH)
<b>Do 28.07.2022</b>	4560 – Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel-Garnitur (•4,5 BE, 54g KH)	4226 – Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln (•2,9 BE, 35g KH)	4430 – Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree (•3,7 BE, 44g KH)	4003 – Frikadelle (Rind/Schwein) „Gutsherren Art“ in Weißweinssoße mit Champignons, Erbsen und Nudeln (•4,3 BE, 51g KH)
<b>Salatangebot: Mexiko-Salat mit Mais, Kidneybohnen und Paprikawürfeln, dazu Salsa-Dressing und Brotbeilage für 9,40 €</b>				
<b>Fr 29.07.2022</b>	4016 – Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis (•5,6 BE, 67g KH)	4458 – Hähnchenfilets in Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln (•2,7 BE, 32g KH)	4206 – Rindfleisch in Meerrettichsoße, dazu Erbsen „naturell“ und Salzkartoffeln (•2,7 BE, 33g KH)	4418 – Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße, dazu bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln (•3,4 BE, 41g KH)
<b>Sa 30.07.2022</b>	4183 – Mini-Steaklets in Soße, dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln (•2,9 BE, 35g KH)	4645 – Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch (•2,6 BE, 32g KH)	4557 – Zwei Reibekuchen mit Apfelmus (6,1 BE, 73g KH)	4759 – Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln (•4,2 BE, 51g KH)
<b>So 31.07.2022</b>	4044 – Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Porree-Gemüse und Petersilienkartoffeln (•3,0 BE, 36g KH)	4098 – Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln (•3,5 BE, 42g KH)	4163 – Schweinegeschnetztes in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfle-Spätzle (•3,6 BE, 43g KH)	4202 – Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln (•3,3 BE, 40g KH)

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