

42. KW	Menü 1 gelb		Menü 2 rot		Diabetiker- Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 braun	Menü 6 violett	Menü 7 blau	Menü 8 Dessert	
	normal 4,35 €	Seniorenmenü Mo-Fr 4,10 €	normal 4,85 €	kleines Menü Mo-Fr 4,55 €	5,10 € (solange Vorrat reicht)	4,15 € Eintopf	4,60 € Kaltmenü/Salatmenü	4,90 € Aktiv, Fit & Gesund	4,85 € Tagestipp	4,10 € Süßmenü/Vegetarisch	1,65 €	
MO 16. 10.	Paniertes Fischfilet (MSC), Petersiliensöße, Kartoffelpüree (hausg.), Frisches Obst 658 kcal / 2750 kJ; 3		Rinder-Sahne-Geschnetzeltes mit Champignons, Spirelli, Frisches Obst 729 kcal / 3047 kJ; 3,0		Gebratene Hähnchenkeule in Rahmsoße, Gartengemüse, Spätzle 556 kcal / 2326 kJ 2,9 BE	Reiseintopf mit Hühnerfleisch, Frisches Obst 441 kcal / 1843 kJ	Schweineschnitzel, Bauern-Kartoffelsalat, Gemüsebeilage 659 kcal / 2755 kJ; 2,3,9	Spargel-Broccoli-Ragout, Reis, Frisches Obst 490 kcal / 2048 kJ; 2,3	X		Kaiserschmarrn mit Zwetschgenröster 671 kcal / 2805 kJ	Jogurt
DI 17. 10.	Hackbällchenspieß, Soße, Salzkartoffeln, Blumenkohl 547 kcal / 2286 kJ; 1,2,3		Sülze, Remouladensoße, Bratkartoffeln, Weißkrautsalat 785 kcal / 3281 kJ; 2,3		Putengulasch in Rahmsoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, Salzkartoffeln 338 kcal / 1417 kJ 2,6 BE	Grüner Bohneneintopf mit Schweinefleisch, Jogurt 343 kcal / 1434 kJ	Riesen-Fischstäbchen (MSC) mit Remouladensoße, Reissalat (m. Ananas, Mandarinen und Curry) 771 kcal / 3223 kJ; 3	Veg. Hackbällchen auf Fitnessgemüse (Karotten, Pastinaken, Zucchini) 165 kcal / 690 kJ			Schlachteplatte, Sauerkraut, Salzkartoffeln 917 kcal / 3833 kJ	Schoko- pudding mit Mandel- splitter
MI 18. 10.	Pikante Nierchen mit Kartoffelpüree (hausg.), Pfirsichkompott 553 kcal / 2312 kJ; 1,3		Gebratene Weißwurst auf Sauerkraut, Kartoffelpüree (hausg.), Pfirsichkompott 976 kcal / 4080 kJ; 3		Rinderroulade in herzhafter Soße, Rotkohl, Spätzle 448 kcal / 1879 kJ; 6 3,6 BE	Leberknödelsuppe mit Gemüse, Brötchen 417 kcal / 1743 kJ	Wurstsalat Bayr. Art (m. Käse, Gurke, Zwiebeln), Baguette, Butter 820 kcal / 3428 kJ; 1,2,3,8,9	X		Wildlachs in Kräuter-Senfsoße, Salzkartoffeln, Pfirsichkompott 460 kcal / 1923 kJ; 3,9	Kohlrabicremesuppe, 2 Quarkkeuchen, Zucker, Apfelmus 649 kcal / 2713 kJ; 3	Rote Grütze mit Vanillesoße
DO 19. 10.	Gekochte Eier in Senfsoße, Salzkartoffeln, Rotkrautsalat 483 kcal / 2019 kJ; 3,9		Schweinelachsbraten in Sahne-Waldpilzsoße, Semmelknödel (Bayr. Art), Schokopudding 633 kcal / 2646 kJ; 3		Hackbraten mit Gemüseeinlage in Soße, Erbsen, Spätzle 527 kcal / 2201 kJ 3,6 BE	Kartoffelsuppe „Thüringer Art“ mit Wiener Würstchen, Schokopudding 629 kcal / 2629 kJ; 2,3,4,6	Chefsalat (Eisbergs., Möhre, Tomate, Ei, Gurke, Schinken, Käse), American-Dressing 578 kcal / 2416 kJ; 2,3			Hähnchenbruststreifen auf Korkenziehernudeln, Spinat-Champignon-Frischkäsesoße, Schokopudding 1172 kcal / 4899 kJ; 3	3 Germknödel mit Pflaumenmus (Powidl) gefüllt, Vanillesoße 584 kcal / 2441 kJ	Frucht- quark mit Früchten
FR 20. 10.	Kräuterquark, Butter, Salzkartoffeln, Gurkensalat 571 kcal / 2367 kJ		Rinderbraten, Klöße, Rotkohl 659 kcal / 2755 kJ; 3,5		Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs mit Gartengemüse und Kartoffelpüree 477 kcal / 1997 kJ 4,4 BE	Erbseeneintopf mit Bockwurstwürfeln, Erdbeerkompott 632 kcal / 2642 kJ; 1,2,3,6	Schopska-Salat (Paprika, Gurke, Tomate, Peperoni, Petersilie, Fetakäse), Kräuter-Dressing, Sesambaguette 294 kcal / 1229 kJ	Hackfleischpfanne mit Broccoli, Gurkensalat 709 kcal / 2964 kJ; 3	X		Käsekrainer (Räucherwurst vom Rind u. Schwein), Soße, Kartoffelpüree (hausg.), Gurkensalat 659 kcal / 2755 kJ; 3	Bayrisch Creme mit Fruchtmus
SA 21. 10.	Möhreneintopf mit Schweinefleisch, Pflaumenkompott 297 kcal / 1241 kJ		Panierte Flunder, Dillssoße, Kartoffelpüree (hausg.), Pflaumenkompott 888 kcal / 3712 kJ; 3		Frikadelle vom Schwein „Fürsterin Art“ mit Blumenkohl und Salzkartoffeln 357 kcal / 1490 kJ 2,4 BE	Unser Tipp Donnerstag, 19. 10. 2 Hähnchenunterkeulen auf rustikalem Gemüse mit Kartoffel-Kürbis-Stampf (Diabetikermenü) 501 kcal / 2094 kJ; a 2,3 BE je 5,00 € (Solange Vorrat reicht)						Quark- speise „Vanille“
SO 22. 10.	Jägerschnitzel in Bratensoße, Kartoffelpüree (hausg.), Möhrengemüse 768 kcal / 3210 kJ; 2,3,6		Kleine Entenkeule, Klöße, Apfelrotkohl 772 kcal / 3227 kJ; 3,5		Schweinegulasch in dunkler Soße, Gemüse „Leipziger Allerlei“, Kartoffelklöße 362 kcal / 1521 kJ 3,6 BE	Freitag, 20. Oktober – Hausgebackener Kuchen „Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,60 € „Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,10 € „Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 24,50 € Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen. a,b,e,g						Ananas- kompott

43. KW	Menü 1 gelb	Menü 2 rot	Diabetiker- Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 braun	Menü 6 violett	Menü 7 blau	Menü 8 Dessert
	normal 4,35 € Seniorenmenü Mo-Fr 4,10 €	normal 4,85 € kleines Menü Mo-Fr 4,55 €	5,10 € (solange Vorrat reicht)	4,15 € Eintopf	4,60 € Kaltmenü/Salatmenü	4,90 € Aktiv, Fit & Gesund	4,85 € Tagestipp	4,10 € Süßmenü/Vegetarisch	1,65 €
MO 23. 10.	Hühnerfrikassee mit Reis „Kunterbunt“, Aprikosenkompott 727 kcal / 3039 kJ; 1,2,3 a,b,c,i,m	Mini-Schweinshaxe, Salzkartoffeln, Sauerkraut 858 kcal / 3586 kJ b,m	○ Hähnchenfilet in feiner Curry-Fruchtsoße mit Reis 5794 476 kcal / 2012 kJ 6,1 BE a,i,m	Gräupcheneintopf mit Rauchfleisch, Aprikosenkompott 395 kcal / 1651 kJ; 2,3,6 b,m	Currybockwurst, Ketchup, Nudelsalat (mit Mayo.), Gemüsebeilage 702 kcal / 2934 kJ; 2,3 a,b,e,i,m		Hähnchen-Knusper- schnittzel (m. Frischkäse und Sauerkraut gefüllt) in Brezel- panade, Reis, Sahnesoße 661 kcal / 2763 kJ; 3 a,b	Holl. Grießspeise Zucker, Zimt, Aprikosenkompott 806 kcal / 3369 kJ a,b	Mango- dessert a
DI 24. 10.	Tomaten-Schlemmersauce mit Schinkenstreifen, Korken- ziehernudeln, Dessert 1472 kcal / 6153 kJ; 3 a,b,e	Ungarischer Gulasch, Semmelnödel, Dessert 721 kcal / 3014 kJ; 0 a,b,e	○ Schweinebraten in Cham- pignonsoße, Wirsing- gemüse, Salzkartoffeln 5127 354 kcal / 1482 kJ 2,5 BE a,b,i	Gemüsesuppe mit Kartoffeln und Fleisch- klößchen, Sesambrotchen 296 kcal / 1237 kJ a,b,e,m	Fischfilet (MSC) im Backteig, Remouladensoße, Bunter Kartoffelsalat 740 kcal / 3093 kJ; 2,3 a,b,c,e,i		Feine Pilzpfanne, Kartoffel- püree (hausg.), Kleine Salatschale „Gemüsemix“ 835 kcal / 3490 kJ a,b,e,i	3 Eierkuchen mit Kirschen gefüllt, Vanillesoße 657 kcal / 2746 kJ a,b,e	Schoko- mousse 3 a
MI 25. 10.	Tiegelwurst, Salzkartoffeln, Sauerkraut 764 kcal / 3194 kJ; 2,3 a,b,m	Ged. Fischfilet, Sahne-Gemüse-Soße, Kartoffelpüree (hausg.), Bunter Rohkostsalat 593 kcal / 2479 kJ; 2,3 a,c	○ Klopse „Königsberger Art“ in Kapernsoße, Salzkartoffeln 5004 477 kcal / 1995 kJ 3,7 BE a,b,e,m	Wirsingeintopf mit Schweinefleisch, Quarkspeise 303 kcal / 1267 kJ; 3 a,b,m	Leberkäse, Kartoffel- salat „Münchner Art“ (mit Schnittlauch und Mayo.), Gemüsebeilage 474 kcal / 1981 kJ; 2,3,4,8 b,e,i,m	Hähnchenbrustfiletspieß auf buntem Paprikagemüse, Frisches Obst 438 kcal / 1831 kJ; 3 a,b,e	Käsespätzle mit Röstzwiebeln, bunter Rohkostsalat 680 kcal / 2842 kJ; 3 a,b,e		Kirsch- kompott 9
DO 26. 10.	Hähnchenkeule, Geflügelsoße, Salzkartoffeln, Apfelrotkohl 482 kcal / 2015 kJ; 3 b,i,l,m	Wiener Hackbraten, Soße, Salzkartoffeln, Bohngemüse 573 kcal / 2395 kJ a,b,e,i,m	○ Pan. Hähnchenkrüstchen mit buntem Gemüse 5764 410 kcal / 1714 kJ 3,2 BE a,b	Soljanka mit Brötchen 588 kcal / 2458 kJ; 1,2,3,9 b,i,m	Bauernsalat (Gurke, Tomate, Paprika, Zwiebel, Schafskäse) mit würzigem Dressing 639 kcal / 2671 kJ; 2,3,9 a,e,h,i		Kasselerbraten, Soße, Sauerkrautstrudel 622 kcal / 2600 kJ; 2,3,6 a,b	„Gemüsecurry“ (Zwiebeln, Tomaten, Blumen- kohl, Paprika, Mais, Bohnen) mit Kartoffelspalten, Joghurt 375 kcal / 1568 kJ; 1,3 a,b,i	Quark- Jogurt- speise mit Himbeeren a
FR 27. 10.	Hausg. Hackbällchen, Letschosoße, Kartoffelpüree (hausg.), Frisches Obst 901 kcal / 3766 kJ; 2,3 a,b,e,i	Schweinekrusten- braten, Bayrisch Kraut, Semmelnödel (Bayr. Art) 555 kcal / 2320 kJ a,b,e,m	2 Scheiben Blutwurst auf Sauerkraut dazu Stampfkartoffeln 5071 565 kcal / 2353 kJ; 3,6 3,1 BE a,b	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch, Frisches Obst 387 kcal / 1618 kJ; 1,3 b,e,m	Fitness-Schale mit Häh- chenbruststreifen, Tomate, Gurke, Möhre, Rettich, Eisbergs., Joghurt-Dress. 597 kcal / 2495 kJ a,e,i	Gefüllte Putenroster (mit Spinat und Feta) auf Blattspinat, Frisches Obst 504 kcal / 2107 kJ; 2,3,6,8 a,b,i,m	Spargel-Karotten-Gemüse mit Sauce Hollandaise, Petersilienkartoffeln, Frisches Obst 568 kcal / 2374 kJ; 2 a,e		Nuss- Nugat- Pudding a
SA 28. 10.	Spanferkelrollbraten, Salzkartoffeln, Sauerkraut 657 kcal / 2746 kJ; 3,5 b,m	Hähnchenbrustfilet „Knusper“ auf Gemüse „Leipziger Allerlei“, Kartoffelpüree (hausg.) 513 kcal / 2144 kJ a	Mini-Hacklets vom Rind und Schwein in pikanter Schaschliksoße, Spiralnudeln 5074 493 kcal / 2073 kJ 5,1 BE a						Pflaumen- kompott
SO 29. 10.	Champignonrostbraten, Klöße, Vanille-Kirschquark 624 kcal / 2608 kJ; 5,9,0 a,b,h	Kaninchenbraten, Klöße, Rotkohl mit Preiselbeeren 601 kcal / 2512 kJ; 5 a,b,h,i,m	○ Rheinischer Sauerbraten in Soße, Rotkohl und Kartoffelklöße 5206 430 kcal / 1808 kJ 4,6 BE a,b,e,m						Frucht- cocktail

Unser Tipp Donnerstag, 26. 10. Gekochtes Rindfleisch
m. Wurzelgemüse, Salzkartoffeln in kräftiger Bouillon (Diabetikermenü) 342 kcal / 1430 kJ; 0, m 3,4 BE je 5,00 € (Solange Vorrat reicht)

Unsere „Backfee“ hat Urlaub!

Deshalb liefern wir am Freitag, dem 27. Oktober 2017 keinen Kuchen aus.
Vielen Dank für Ihr Verständnis! Das WaKoS-Team

