



36. 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 4,85 €	Seniorenmenü Mo-Fr 4,60 €	normal 5,35 €	kleines Menü Mo-Fr 5,05 €	5,70 € (solange Vorrat reicht)	4,65 € Eintopf	5,10 € Kaltmenü/Salatmenü	5,70 € Herzhaft & Beliebt	5,40 € Schon probiert? oder Veget.	4,60 € Süßmenü	2,15 €				
MO 02.09.	Hühnerfrikassee, Gemüserais, Mandarinenkompott 656 kcal/2742 kJ; 1,2,3	a,b1,c1,m	Kräutersteak, Letschosoße, Kartoffelpüree (hausg.), Mandarinenkompott 767 kcal/3206 kJ; 2,3	a,b1	○ Alaska-Seelachschnitte in Dillsöbe, Erbsen und Stampfkartoffeln 5485 413 kcal/1738 kJ 3,1 BE	a,c,m	Kesselgulasch mit Brötchen 626 kcal/2617 kJ; 2,3	b1,i,m	Partyfrikadellen, Kartoffelsalat „Sächs. Art“, (m. Wurst u. Mayo.), Ketchup 721 kcal/3014 kJ; 2,0	a,b1,e,h,i,l,m	2 Gemüsetaschen „Vitality“ (Bauern-Landteig mit Juliennegemüse und Bechamelsauce gefüllt) Käse-Sahnesoße 498 kcal/2082 kJ	a,b1,e,m	Milchreis, Zucker, Zimt, Mandarinenkompott 707 kcal/2955 kJ; 3	a	Schoko- pudding mit Krokant a,b1
DI 03.09.	Schlemmersoße mit Schin- kenstreifen, Hörnchennudeln, Bunter Rohkostsalat 800 kcal/3344 kJ; 2,3	a,b1,e	Pikanter Topfbraten, Klöße, Bunter Rohkostsalat 604 kcal/2525 kJ; 1,2,3,9	b1,h,i,l,m	○ Pan. Hähnchenkrüstchen mit buntem Gemüse 5764 410 kcal/1714 kJ 3,2 BE	a,b1	Grüner Bohneneintopf mit Schweinefleisch, Jogurt 343 kcal/1434 kJ	a,b1	Fischfilet im Backteig (MSC), Remouladensoße, Speckkartoffelsalat 688 kcal/2876 kJ; 2,9	a,b1,c,e,l,m	Pan. Hähnchenschnitte mit Broccoli und Käse gefüllt auf Blumenkohl-Broccoli in heller Soße, Kartoffelpüree (hausg.) 549 kcal/2295 kJ; 2	a,b1,b3,e,l	Walnuss-Rosenkohl mit Kartoffelpüree (hausg.), Bunter Rohkostsalat 544 kcal/2274 kJ; 3	a,b1	Apfelkompott mit Vanille- soße a
MI 04.09.	Hausmacher Boulette, Spinat, Salzkartoffeln 709 kcal/2964 kJ	a,b1,b3,e,l,m	Schlemmerfilet „Bordelaise“ (MSC), Kräutersoße, Reis, Himbeermousse 681 kcal/2847 kJ	a,b1,c,i	○ Leberkäse vom Schwein und Rind in kräftiger Bratensoße, Sauer- kraut, Kartoffelpüree 5069 536 kcal/2240 kJ; 3,6 2,6 BE	a,b1,e,m	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch, Himbeermousse 377 kcal/1576 kJ	a,b1,e,l,m	Fruchtiger Putensalat mit Weintrauben (Eisbergs., Sellerie, Pfirsich, Frucht- cocktail), Jogurt-Dressing 448 kcal/1872 kJ; 1,2,3	a	Karotten-Broccoli- Kohlrabi-Gratin mit Kartoffeln und Käse überbacken 524 kcal/2190 kJ	a,e	4 Pancakes (Eierpfannkuchen „Amerik. Art“), Vanillesoße 898 kcal/3754 kJ	a,b1,e	Vanille- pudding mit Schoko- soße a
DO 05.09.	Tiegelwurst, Salzkartoffeln, Sauerkraut 603 kcal/2521 kJ; 2,3	a,b1,i,m	Ungarischer Gulasch, Korkenziehernudeln, China- kohl-Möhrensalat (hausg.) 680 kcal/2842 kJ; 0,2	b1,e,i	○ Geflügelklößchen in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Stampfkartoffeln 5703 440 kcal/1839 kJ 2,8 BE	a,b1,i,m	Kohlrüben Eintopf mit Schweinefleisch, Pudding 401 kcal/1676 kJ	a,b1,m	Salatschale „Sonnenblume“ (versch. Gemüsesorten, Mungobohnen, Sonnenblumenkerne), Kräuter- Dress., helles Baguette 507 kcal/2119 kJ	a,b1,e,l	Norwegisches Lachsfilet in Honig-Senfsoße, Kartoffel- püree (hausg.), Chinakohl- Möhrensalat (hausg.) 819 kcal/3423 kJ; 2	a,c,i	Hefeknödel mit gemischten Früchten 473 kcal/1977 kJ; 3	b1,e	Naturjogurt mit Apfelmus 3 a
FR 06.09.	Currywurst, Tomaten-Currysoße, Kartoffelspalten, Dessert 705 kcal/2947 kJ; 2,3,4,6	a,b1,i,m	Geschmorte Rippchen, Salzkartoffeln, Bayrisch Kraut 797 kcal/3331 kJ	b1,m	○ Mini-Hacklets vom Rind und Schwein in pikanter Schaschlik- soße, Spiralnudeln 5074 493 kcal/2061 kJ 5,1 BE	b1,e,l	Bunter Kartoffel- Gemüseintopf, Sesambrotchen 241 kcal/1007 kJ; 2	a,b1,k,m	„Salat Mozarella“ (Eisbergsalat, Tomate, Zwiebel, Mozarellakäse), Balsamico- Dress., Sesambaguette 864 kcal/3612 kJ; 5	a,b1,h	Bratwurstschnecke auf Bayrisch Kraut, Salzkartoffeln 858 kcal/3586 kJ	b1,m	Jägerpfanne (Geschnetzeltes mit Champignons und Kräutern), Röstitaschen mit Frischkäse, Dessert 933 kcal/3900 kJ	a,b1	Rote Grütze mit Vanille- soße a
SA 07.09.	Wirsing Eintopf mit Schweinefleisch, Nuss-Nugat Pudding 368 kcal/1538 kJ	a,b1,i,m	Burgunder-Braten (Kasseler), Soße, Salzkartoffeln, Porreegemüse 357 kcal/1492 kJ; 2,3,6,9,10	a,b1,m	○ Gebratene Hähnchen- brust in Cremesoße, Möhrengemüse, Stampfkartoffeln 5704 406 kcal/1699 kJ 2,5 BE	a,b1,m			<h2>Unsere „Backfee“ hat Urlaub!</h2> <p>Deshalb liefern wir am Freitag, dem 6. September 2019 keinen Kuchen aus.</p> <p>Vielen Dank für Ihr Verständnis! Das WaKoS-Team</p>			Jogurtcreme Melone „Griech. Art“ a			
SO 08.09.	Champignonrostbraten, Soße, Salzkartoffeln, Rahmchampignons 418 kcal/1747 kJ; 1,2,0	a,b1,c,i,m	Kleine Entenkeule, Soße, Klöße, Rotkohl 698 kcal/2918 kJ; 2,3	b1,h,m	○ Rheinischer Sauerbraten in Soße, Rotkohl und Kartoffelklöße 5206 430 kcal/1808 kJ 4,6 BE	a,b1,e,m						Orangen- kompott			

37. 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 4,85 €	Seniorenmenü Mo-Fr 4,60 €	normal 5,35 €	kleines Menü Mo-Fr 5,05 €	5,70 € (solange Vorrat reicht)	4,65 € Eintopf	5,10 € Kaltmenü/Salatmenü	5,70 € Herzhaft & Beliebt	5,40 € Schon probiert? oder Veget.	4,60 € Süßmenü	2,15 €
MO 09.09.	Gabelspagetti mit Soße „Miracoli“, Reibkäse, Kokos-Mandel-Pudding 996 kcal/4163 kJ a,b1,e	Pan. Hähnchenfilet auf Blumenkohl in holl. Soße, Kartoffelpüree (hausg.) 480 kcal/2006 kJ a,b1,b3,e,l,m	○ Hackbraten mit Gemüse-Einlage in Soße, Erbsen, Knöpfele-Spätzle 527 kcal / 2201 kJ 3,6 BE b1,e,l,m	Möhrencremesuppe mit Hähnchenbruststreifen, Kokos-Mandel-Pudding 283 kcal/1183 kJ a,l	Geräuchertes Forellenfilet, Frühling-Kartoffelsalat mit Jogurt-Dressing, Gemüsebeilage 451 kcal / 1885 kJ; 2,3 a,b1,c,e,f,i,l,m			Champignonköpfe in Tomaten-Sahnesoße, Spirelli, Kokos-Mandel-Pudding 887 kcal/3708 kJ a,b1,e	Buttergrießbrei Zucker, Zimt, heiße Pflirsichsoße 749 kcal/3131 kJ; 3 a,b1	Fruchtjogurt „Apfel-Granatapfel“ a	
DI 10.09.	Geflügel-Jägerschnitzel, Soße, Salzkartoffeln, Kohlrabigemüse mit Petersilie 494 kcal/2065 kJ; 2,6 a,b1,e	Schweinelendenbraten, Soße, Klöße, Pariser Karotten 364 kcal / 1522 kJ; 2,3 a,b1,b3,h	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein, Zwiebel-Senfsoße, Wirsing, Salzkartoffeln 483 kcal/2017 kJ 3,1 BE a,b1,e,l	Kartoffelsuppe „Thüringer Art“ mit Wiener Würstchen, Quarkcreme „Stracciatella“ 563 kcal/2353 kJ; 2,3,4,6 a,l,m	Pan. Hähnchenschnitzel, Nudel-Gemüsesalat, Gemüsebeilage 574 kcal/2399 kJ; 2,9 b1,e,l		Kleine Mandelforelle (Fischfilet mit gerösteten Mandeln), Nussbutter, Kart.-püree (hausg.), Quarkcreme „Stracciatella“ 829 kcal/3465 kJ; 2 a,b1,c,l7	Spargel-Rigatoni-Pfanne mit Zwiebel-Lauch-Hollandaise 490 kcal/2048 kJ a,b1,b3,e,l		Grießpudding mit Preiselbeeren a	
MI 11.09.	Gekochte Eier, Senfsoße, Salzkartoffeln, Rotkrautsalat (hausg.) 432 kcal/1806 kJ; 3,5 a,e,h,l	Gefüllte Paprikaschote, Soße, Salzkartoffeln, Jogurt 456 kcal/1906 kJ a,b1,l,m	Geflügelbratwurst in Bratensoße, Grüne Bohnen Stampfkartoffeln 505 kcal / 2111 kJ 2,6 BE a,b1,l,m	Bunte Frühlingssuppe mit Hühnerfleisch, Vollkornbrötchen 243 kcal/1016 kJ b1,m	Waldorfsalat (Apfel, Ananas, Sellerie, Mandarinen, Walnüsse, Mayo.) Baguette und Butter 470 kcal / 1965 kJ; 2 a,b1,e,l2,l,m			Kartoffelauflauf „Bolognese“ mit Creme fraiche und Käse überbacken 853 kcal/3566 kJ a,b1,b3,e,l	Kirschmichel mit Vanillesoße 708 kcal/2959 kJ a,b1,b3,e,l7	Vanillequark mit Zwetschgen a	
DO 12.09.	Schweineschnitzel, Soße, Salzkartoffeln Erbsengemüse 583 kcal/2437 kJ a,b1,e,m	Kümmelbraten, Soße, Klöße, Wirsinggemüse 629 kcal/2629 kJ; 2,3 a,b1,b3,h,m	○ Zarte Hähnchenfilets in Pilzsoße mit Gemüsenudeln 418 kcal / 1747 kJ 3,4 BE b1	Weißer Bohneneintopf mit Kasselerfleisch, Pflaumenkompott 451 kcal/1885 kJ; 2,3,6 b1,m	Saftschinkenröllchen mit Meerrettich, Nudelsalat (m. Mayo.), Gemüsebeilage 609 kcal / 2546 kJ; 2,3,5,9 a,b1,e,h,l		Schkölerer Wellspitzen (paniert) auf Blattspinat, Korkenziehernudeln 708 kcal/2959 kJ a,b1,c,e,m	Gemüsebolognese (Möhre, Tomate, Zucchini, Broccoli) mit Tomaten-Kräutersoße, Salzkartoffeln, Pflaumenkompott 423 kcal/1768 kJ a,b1,m		Waldfruchtpudding a	
FR 13.09.	Bauernroulade, Bratensoße, Salzkartoffeln, Kürbis-Karottengemüse 538 kcal/2249 kJ a,b1,l,m	Schellfisch (natur) (MSC), Dillssoße, Reis, Gurkensalat (hausg.) 551 kcal / 2303 kJ c	○ Pan. Putenschnitzel mit Erbsen naturell, Kartoffel-Möhren-Püree 437 kcal / 1827 kJ 3,6 BE b1	Fleckeeintopf süß-sauer, Frisches Obst 352 kcal/1471 kJ; 0,2,9 b1,l,m	„Mexikanischer Salat“ (Paprika, Lauch, Möhre, Mais, Weißkraut, Kidneybohnen, Lollo) Kräuter-Dressing 296 kcal/1237 kJ; 2,9 a,l		Hähnchenkeule mit Rotwein-Champignonngemüse, Klöße, Frisches Obst 752 kcal / 3143 kJ; 2,3,10 a,h,l		Broccolicremesuppe, 3 Kartoffelpuffer, Zucker, Apfelsmus 441 kcal/1843 kJ; 3 a,b1,e,m	Fruchtcocktail a	
SA 14.09.	Linseneintopf mit Bockwurst, Waldfruchtjogurt 707 kcal/2955 kJ; 2,3,4,6 a,b1,m	Sauerbraten, Soße, Klöße, Apfelrotkohl 613 kcal / 2562 kJ; 1,2,3,0 b1,b3,h,m	Buntbarsch in Weißwein-Buttersoße und bunter Gemüserais 517 kcal / 2164 kJ; 10 3,9 BE a,c			<h2>Unsere „Bachfee“ hat Urlaub!</h2> <p>Deshalb liefern wir am Freitag, dem 13. September 2019 keinen Kuchen aus.</p> <p>Vielen Dank für Ihr Verständnis! Das WaKoS-Team</p>					Pflirsichkompott
SO 15.09.	Hähnchenschnitzel „Wiener Art“ auf buntem Gemüse, Salzkartoffeln 547 kcal/2286 kJ a,b1,e	Kalbsrollbraten, Soße, Klöße, Gemüse „Leipziger Allerlei“ 346 kcal / 1446 kJ; 2,3,10 b1,h	○ Rinderbraten in Soße, Rosenkohl, Kartoffelpüree 414 kcal / 1731 kJ 3,2 BE a,l								Rosa Kompott (Erdbeeren, Rhabarber)