

38. 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 16.09.	Würstelgulasch, Wellenbandnudeln, Quarkspeise 801 kcal/3348 kJ; 1,2,3,6		Balkanschnitzel (Schw.- schnittzel, Paprika, Champi- gnons, Zwiebeln), Kartoffel- püree (hausg.), Quarkspeise 712 kcal/2976 kJ; 3		○ Bratwurst v. Schwein in Bratensoße mit Sauer- kraut und Petersilien- kartoffeln 5056 427 kcal/1781 kJ; 3, 2, 7 BE	Bandnudelsuppe mit Eierstich, Quarkspeise 369 kcal/1542 kJ; 3	Leberkäse, Spreewälder Bauern-Kartoffelsalat, Gemüsebeilage 741 kcal/3097 kJ; 2,3,4,8,9	X		Nudelauflauf mit Broccoli und Champignons 704 kcal/2943 kJ	Milchreis „Vanille“ mit heißen Kirschen, Zucker, Zimt 746 kcal/3118 kJ; 3	Quarkspeise mit Hasel- nusskrokant a, h
DI 17.09.	Kasselerbraten, Soße, Salzkartoffeln, Bohngemüse 506 kcal/2115 kJ; 2,3,6		Pan. Hähnchenschnitzel, Soße, Salzkartoffeln, Mischgemüse 543 kcal/2270 kJ		○ Fischpfanne „Friesische Art“ vom Alaska-See- lachs mit Salzkartoffeln 5454 350 kcal/1472 kJ 3, 4 BE	Soljanka nach „Art des Hauses“ Brötchen 763 kcal/3189 kJ; 1,2,3,6,9	Bunter Salat (Gurke, Tomate, Rettich, Radieschen, Lollo, Ei), Baguette, Jogurt-Dressing 566 kcal/2366 kJ			Champignon-Putenpfanne, Gnocchi, Bohnensalat (hausg.) 829 kcal/3465 kJ	Krautpfanne mit Salzkartoffeln, Bohnensalat (hausg.) 414 kcal/1731 kJ	X
MI 18.09.	Kochklops (hausg.), Petersiliensoße, Salzkartoffeln, Möhrensalat (hausg.) 692 kcal/2893 kJ		Sülze, Remouladensoße, Bratkartoffeln, Möhrensalat (hausg.) 861 kcal/3599 kJ; 2,3,9		○ Schweinshaxenfleisch in deftiger Senfsoße, Weißkohlgeremüse, Kartoffelpüree 5168 471 kcal/1969 kJ 3, 3 BE	Süßkartoffelcremesuppe mit Julienne Gemüse, Jogurt 382 kcal/1597 kJ	Fischstäbchen (msc), Remouladensoße, Bunter Kartoffelsalat mit Jogurt 396 kcal/1655 kJ; 2,9	Seelachsroulade „Mykonos“ natur (mit Blattspinat- und Feta- füllung.) (msc), Spinat-Frischkäse- soße, Kartoffelpüree (hausg.) 548 kcal/2291 kJ	X		5 Marillenknödel mit Vanillesoße 813 kcal/3398 kJ	
DO 19.09.	Mutzbratensteak auf Sauerkraut, Salzkartoffeln 716 kcal/2993 kJ		Sahnegeschnetzeltes vom Schwein (mit Möhre, Erbsen, Champignons), Knöpfe, Frisches Obst 868 kcal/3628 kJ; 3		○ Dänischer Pfannkuchen gefüllt mit Roter Grütze und Vanillesoße 5522 527 kcal/2209 kJ 5, 5 BE	Thüringer Gartensuppe mit Fleischklößchen, Sesambrötchen 400 kcal/1672 kJ; 2	Käsesalat (Schnittkäse, Fleischwurst, Sellerie- salat, Apfel, Zwiebel, Gewürzgurke), Brot, Butter 825 kcal/3449 kJ; 2,9	1 große rote Paprikaschote, Soße, Salzkartoffeln, Frisches Obst 438 kcal/1831 kJ			Gedünstetes Fischfilet, Zitronen-Buttersoße, Kartoffelpüree (hausg.) Frisches Obst 486 kcal/2031 kJ; 2,4	X
FR 20.09.	Schweinebraten, Soße, Salzkartoffeln, Buntes Gemüse 588 kcal/2458 kJ		1 Rinderroulade, Soße, Klöße, Rotkohl 480 kcal/2006 kJ; 2,3,6,0		○ Herzhafter Kesselgu- lasch vom Rind, Erbsen und Frühlingspüree 5231 374 kcal/1564 kJ 2, 4 BE	X		FEIERTAG		X		
SA 21.09.	Eier-Omelett auf Spinat, Salzkartoffeln 446 kcal/1864 kJ		Rinder-Sahnebraten, Soße, Salzkartoffeln, Rosenkohl 580 kcal/2424 kJ; 0		Metzgerhacksteak (Schwein) in Sahne-Pfeffer- soße mit Porreegemüse, Petersilienkartoffeln 5010 465 kcal/1938 kJ 2, 9 BE							X
SO 22.09.	Wirsingroulade, Soße, Salzkartoffeln, Pudding Panna-Cotta 547 kcal/2286 kJ		Kleine Kaninchenkeule, Soße, Klöße, Rotkohl mit Preiselbeeren 610 kcal/2550 kJ; 2,3		○ Schweinebraten in Champignonsoße, Wirsinggemüse, Salzkartoffeln 5127 354 kcal/1482 kJ 2, 5 BE	X		X		X		



Unsere „Bachfee“ hat Urlaub!

Deshalb liefern wir am Freitag, dem 20. September 2019
keinen Kuchen aus.

Vielen Dank für Ihr Verständnis! Das WaKoS-Team

39. 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 23.09.	Römerbraten in Tomatensoße, Bunte Nudeln, Frisches Obst 970 kcal/4055 kJ; 2,3,6 a,b1,e,m	„Bifteki“ (Hacksteak mit Fetakäse gefüllt) auf Karottenscheiben in heller Soße, Salzkartoffeln 561 kcal/2345 kJ; 0 a,e	○ Zartes Rindfleisch in Meerrettichsoße, Petersilienkartoffeln 419 kcal/1751 kJ 3,6 BE a,b1	Kürbissuppe mit Creme Fraiche, Kürbiskernbrötchen 494 kcal/2065 kJ; 8 a,b1,k,m	“Feine Matjesvariation”, (Aalrauch- und Kräutermatjes), Mischbrot, Butter, Gemüsebeilage 708 kcal/2959 kJ a,b1,b2,c	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>		6 herzhaft Mini-Reibis mit Kräuterquark, Frisches Obst 485 kcal/2027 kJ; 3 a	Holl. Griebspeise, mit Pflaumenkompott 689 kcal/2880 kJ a,b1	Fruchtmus „Pfirisch-Maracuja“ mit Vanillesoße 1,3 a	
DI 24.09.	Hausmacher Boulette auf Blumenkohl in holl. Soße, Kartoffelpüree (hausg.) 701 kcal/2930 kJ a,b1,b3,e,l,m	Marinierter Hering, Salzkartoffeln, Dessert 631 kcal/2638 kJ; 2,4,9 a,c,e,l	○ Hähnchenfilet in feiner Curry-Fruchtsoße mit Reis 477 kcal/1994 kJ 6,1 BE a,l,m	Pilzeintopf süß-sauer mit Fleischeinlage, Dessert 375 kcal/1568 kJ; 1,2,9 a,b1,c,i,l,m	Chicken-Wings auf Gemüsebeilage, Nudelsalat mit Ketchup 497 kcal/2077 kJ; 2,3,9 b1,e,l			<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>		Hähnchenbrustfilet in Parmesankruste auf Fitnessgemüse, Kartoffelpüree (hausg.) 686 kcal/2867 kJ a,b1	Eierragout mit Gemüse, Petersilienkartoffeln, Dessert 547 kcal/2286 kJ; 3,5 a,e,h,l
MI 25.09.	Grillwurst auf Bayrisch Kraut, Kartoffelpüree (hausg.), 743 kcal/3106 kJ; 2,3,4,6 a,b1,m	Rindergulasch, Makkaroni, Pudding 705 kcal/2947 kJ; 0 a,b1,e	Gebackene Filetstücke v. Alaska-Seelachs, Gartengemüse und Kartoffelpüree 477 kcal/1997 kJ 4,4 BE a,b1,c,l	Linse-Gemüse-Kartoffeleintopf, Pudding 445 kcal/1860 kJ a,b1,m	Schichtsalat (Sellerie, Porree, Ananas, Mais, Apfel, gek. Ei, Kochschinken), Baguette, Butter 619 kcal/2587 kJ; 2,3 a,b1,e,l,m	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>				Hackfleischpfanne mit rustikalem Gemüse, Kartoffelpüree (hausg.) 935 kcal/3908 kJ; 3,8 a	Brühe mit Einlage, 2 Quarkkeulchen Zucker, Apfelmus 589 kcal/2462 kJ; 3 a,b1,e,m
DO 26.09.	Hähnchenkeule, Geflügelsoße, Salzkartoffeln, Rotkohl 515 kcal/2153 kJ b1,l,m	Schweineroulade, Soße, Klöße, Kaisergemüse 536 kcal/2240 kJ; 2,3 a,b1,b3,h,l	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung v. Schwein in Tomatensoße und Reis 555 kcal/2320 kJ 6,2 BE b1,e,m	Deftiger Bohneneintopf mit Hackfleisch, Kirschkompott 656 kcal/2742 kJ; 9 a,b1,m	Salat „Pulled Turkey“ (fein mariniertes Putenfleisch auf Eisbergsalat, Gurke, Mais, Paprika, rote Zwiebeln), Dressing 303 kcal/1267 kJ a,b1,m			<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>		Schkölerer Welsfilet in fruchtiger Orangensoße, Salzkartoffeln, Frühlingsgemüse 520 kcal/2174 kJ a,b1,c	Gemüsepfanne, Basmatireis, Bunter Rohkostsalat 541 kcal/2261 kJ; 3 a,b1,b3,e,l
FR 27.09.	Putengulasch, Gemüsereis, Rote-Bete-Salat 611 kcal/ 2554 kJ; 9 b1,l	Würziges Rostbrät in Zwiebelsoße, Kartoffelpüree (hausg.), Rote-Bete-Salat 582 kcal/2433 kJ; 9 a,b1	○ Rinderroulade in herzhafter Soße, Rotkohl, Spätzle 448 kcal/1879 kJ; 6 3,6 BE b1,e,l,m	Weißkrauteintopf mit Schweinefleisch, Fruchtmus 293 kcal/1225 kJ; 1,3 b1,m	Griech. Hirtensalat (Eisbergs., Weißkraut, Tomate, Oliven, Peperoni, Schafskäse), Knoblauch-Dressing 593 kcal/2479 kJ; 3 a,e,l	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>				Käse-Omelett mit Schnittlauch, Rahmspinat, Salzkartoffeln 526 kcal/2199 kJ a,b1,e,m	3 braune Hefeknödel mit weißer Schokocreme gefüllt und heißen Kirschen 497 kcal/2077 kJ a,b1,e
SA 28.09.	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch, Vanille-Mousse 576 kcal/2408 kJ a,b1,e,m	Kabeljaufilet „Müllerin Art“ (MSC), Dill-Senfsoße, Kartoffelpüree (hausg.), Vanille-Mousse 562 kcal/2349 kJ; 3,5 a,c,h,l	Räuberpfanne v. Rind und Schwein mit Champignons und Nudeln 479 kcal/2016 kJ 5,1 BE a,b1,l,m	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>				<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>		<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>	
SO 29.09.	Grilltaler auf Bayrisch Kraut, Salzkartoffeln 639 kcal/2671 kJ; 3,4,8 a,b1,l,m	Rinderbäckchen, Meerrettichsoße, Klöße 570 kcal/2383 kJ; 2,3,5,0 a,b1,b3,h,m	○ Thüringer Schweinebraten in herzhafter Soße, Sauerkraut, Kartoffelklöße 393 kcal/1643 kJ 3,7 BE a,e,l			<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50€</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00€</p> </div> </div> <p style="text-align: center; margin-top: 10px;">Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.</p>					