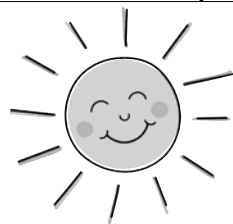


38. KW	Menü 1 gelb	Menü 2 rot	Diabetiker- Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 braun	Menü 6 violett	Menü 7 blau	Menü 8 Dessert
	normal 4,85 € Seniorenmenü Mo-Fr 4,60 €	normal 5,35 € kleines Menü Mo-Fr 5,05 €	5,70 € (solange Vorrat reicht)	4,65 € Eintopf	5,10 € Kaltmenü/Salatmenü	5,70 € Herzhaft & Beliebt	5,40 € Schon probiert? oder Veget.	4,60 € Süßmenü	2,15 €
MO 14.09.	Grillwurst (Bockwurst) Tomatensoße, Schnecken- nudeln, Pudding 841 kcal/3515 kJ; 2,3,4,6 a,b1,e	Hähnchenschnitzel „Wiener Art“, Soße, Salz- kartoffeln, Kaisergemüse 526 kcal/2202kJ a,b1,e	Gebackene Filetstücke v. Alaska-Seelachs, Gartengemüse und Kartoffelpüree 479 kcal/2006 kJ; 4,4 BE a,b1,c,l	Bunter Kartoffel- Gemüseintopf, Pudding 258 kcal/1080 kJ a	5 Gemüse-Knusper- Nuggets mit Joghurt-Dip, Kartoffelsalat mit Essig, Öl, Schnittlauch 492 kcal/2060 kJ; 3 a,b1,l		Kartoffelauf- lauf „Bolognese“ mit Creme fraiche und Käse überbacken 853 kcal/3572 kJ a,b1,b3,e,l	Broccolicremesuppe, Apfelstrudel mit Vanillesoße 472 kcal/1976 kJ a,b1	Ananas- kompott
DI 15.09.	Königsberger Klops (hausg.), Kapernsoße, Salzkartoffeln, Rote-Bete-Apfel-Salat 625 kcal/2617 kJ; 1,3,9 b1,b3,e,l,m	Marinierter Hering, Salzkartoffeln, Rote-Bete-Apfel-Salat 744 kcal/3115 kJ; 2,3,4,9 a,c,e,l	Gebratene Hähnchen- keule in Rahmsauce, Gartengemüse, Spätzle 557 kcal/2332 kJ 2,9 BE a,b1,e,m	Rindfleischsuppe mit Kartoffeln und Gartengemüse, Joghurt 343 kcal/1436 kJ; 0 a,m	Eiersalat (mit Schinken, Radieschen und Schnittlauch), Baguette 403 kcal/1687 kJ; 2,3 a,b1,e,l,m		Feine Pilzpfanne, Semmelknödel, Rote-Bete-Apfel-Salat 484 kcal/2027 kJ; 3,9 a,b1,e	Buttergrießbrei, Zucker, Zimt, gemischte Früchte 749 kcal/3131 kJ; 3 a,b1	Quarkcreme Vanille mit bunten Streuseln a
MI 16.09.	Tiegelwurst, Salzkartoffeln, Sauerkraut 603 kcal/2521 kJ; 2,3 a,b1,l,m	Gönnateler Geflügel- hackbraten „Gärtnerin“, Soße, Salzkartoffeln, Kohlrabi-Möhrengemüse 511 kcal/2140 kJ; 2 a,b1,l	Leberkäse vom Schwein und Rind in kräftiger Bratensoße, Sauer- kraut, Kartoffelpüree 536 kcal/2244 kJ; 3,6 2,7 BE a,b1,e,m	Nudel-Gemüseintopf, Quarkspeise 391 kcal/1637 kJ; 3 a,b1,e,m	Bunter Gemüsesalat mit Tunnfischsoße (Eisbergsalat, Erbsen, Mais, Möhren, Ei), Baguette 612 kcal/2562 kJ b1,c,e,l	Schollenfilet „Cordon bleu“ (mit Schinken-Käsefüllung), Lauch-Sahnesoße, Kartoffel- püree (hausg.), Quarkspeise 803 kcal/3362 kJ; 2,3 a,b1,c	Gemüseauflauf mit Fleischklößchen (Möhren, Erbsen, Kohlrabi, Kartoffeln mit Käse überbacken) 950 kcal/3978 kJ a,b1,b3,e,l		Stachel- beeren mit Vanillesoße a
DO 17.09.	Grüne Spirelli, Schinken- Sahnesoße mit Gemüse, Blumenkohlsalat 677 kcal/2835 kJ; 2,3 a,b1,e	Rinderroulade, Soße, Klöße, Apfelrotkohl 492 kcal/2060 kJ; 2,3,6,0 b1,h,l,m	Geflügelklößchen in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Stampfkartoffeln 442 kcal/1851 kJ 2,8 BE a,b1,l,m	Wirsingintopf mit Schweinefleisch, Dessert 336 kcal/1407 kJ a,b1,m	Fitness-Schale mit Häh- chenbruststreifen, Tomate, Gurke, Möhre, Rettich, Eis- bergsalat, Joghurt-Dressing 609 kcal/2550 kJ a,e,l		Schwarzwurzel-Knusper- Karree, Petersiliensoße, Kartoffelpüree (hausg.) 721 kcal/3019 kJ a,b1,h,m	Hefeknödel mit Heidelbeeren 471 kcal/1972 kJ a,b1,e	Rosa Kompott
FR 18.09.	2 gekochte Eier, Senfsoße, Salzkartoffeln, Rotkrautsalat (hausg.) 432 kcal/1809 kJ; 3,5 a,e,h,l	Schweinelachsschnitzel im Röstzwiebelbackteig/ Röstischnitzel (kl.Menü) auf Kohlrabigemüse mit Petersilie, Salzkartoffeln 579 kcal/2424 kJ a,b1	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße, Salzkartoffeln 478 kcal / 2001 kJ 3,7 BE a,b1,e,m	Reiseintopf mit Hühnerfleisch, Frisches Obst 429 kcal/1796 kJ b1,m	Rustikale Bauern-Puten- sülze, Remouladensoße, Frühlings-Kartoffelsalat mit Essig u. Öl, Gemüsebeilage 558 kcal/2336 kJ; 2,9 a,e,l	Hähnchenknusperchnitzel (m.Frischkäse und Sauerkraut gef.) in Brezelpanade, Sahne-Gemüse- soße, Reis, Rotkrautsalat (hausg.) 713 kcal/2985 kJ a,b1	Pizza „Herbstsonne“ (Hähnchenbruststreifen, Kürbis, Paprika, Zucchini, Mozzarella) 771 kcal/3228 kJ a,b1,l		Griech. Naturjoghurt mit Apfelmus 3 a
SA 19.09.	Weißer Bohneneintopf mit Kasselerfleisch, Heidelbeerdessert 501 kcal/2098 kJ; 2,3,6 a,b1,m	Rindfleisch (Tafelspitz) in Petersiliensoße, Klöße, Heidelbeerdessert 631 kcal/2642 kJ; 2,3,0 a,h	Gebratene Hähnchen- brust in Cremesoße, Möhrengemüse, Stampfkartoffeln 407 kcal/1704 kJ 2,5 BE a,b1,m						Mandarinen- kompott 3
SO 20.09.	Seelachs in Eihülle (MSC) Honig-Senfsoße, Kräuter- Kartoffelpüree (hausg.), Waldfrüchtpudding 552 kcal/2311 kJ a,b1,c,e,l	Wildschweinrollbraten, Soße, Klöße, Rosenkohl 486 kcal/2035 kJ; 2,3,10 a,b1,h,m	Paniertes Schweine- schnitzel mit grünen Bohnen u. Rahmkartoffeln 444 kcal / 1859 kJ 3,7 BE a,b1						Pfirsich- kompott 3



Unsere „Bäckfee“ hat Urlaub!

Deshalb liefern wir am Freitag, dem 18. September 2020
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 21.09.	Schinkenstreifen in Schlemmersoße, Bunte Nudeln, Fruchtmus 822 kcal/3442 kJ; 2,3 a,b1,e	Hähnchen-Cordon-Bleu auf buntem Paprikagemüse, Kartoffelpüree (hausg.) 628 kcal/2629 kJ a,b1	○ Schlemmerfilet (Alaska-Seelachs) mit Spinat-Käse-Garnitur Frühlingspüree 444 kcal/1859 kJ 2,6 BE a,c	Weißkrauteintopf mit Schweinefleisch, Fruchtmus 362 kcal/1513 kJ a,b1,m	Hähnchenkeule, Nudelsalat (m. Mayo und Kräutern), Gemüsebeilage 538 kcal/2253 kJ; 2,9 a,b1,e,i		Gemüse-Knusperschnitzel, Kräutersoße, Kartoffelpüree (hausg.), Fruchtmus 626 kcal/2617kJ a,b1	Milchreis mit Himbeeren, Zucker, Zimt 744 kcal/3110 kJ; 2 a	Karamellpudding a	
DI 22.09.	Schaschlykpfanne, Kartoffelpüree (hausg.), Farmersalat 1105 kcal/4627 kJ a,b1,e,i,m	Roster, Soße, Salzkartoffeln, Sauerkraut 576 kcal/2412 kJ; 3 b1,i,m	○ Pan. Putenschnitzel mit Erbsen naturell, Kartoffel-Möhren-Püree 437 kcal / 1830 kJ 3,6 BE b1	Kartoffelsuppe „Thüringer Art“ mit Wiener Würstchen, Frisches Obst 454 kcal/1901 kJ; 2,3,4,6 l,m	Chefsalat (Eisbergs. Möhre, Tomate, Ei, Gurke, Schinken, Käse) American-Dressing 580 kcal/2428 kJ; 2,3 a,e,i,m	Chickenhaxe (Hähnchen), Soße, Salzkartoffeln, Rotkohl 566 kcal/2370 kJ b1,i,m	Gemüsepfanne, Weizenbly, Farmersalat 706 kcal/2956 kJ a,b1,b3,e,i,m		Rote Grütze mit Vanillesoße a	
MI 23.09.	Kräuterquark, Butter, Salzkartoffeln, Bohnen-Gurkensalat (hausg.) 589 kcal/2466 kJ a	Schweinegulasch, Spätzle, Bohnen-Gurkensalat (hausg.) 995 kcal/4166 kJ b1,e,i	○ Zarte Hähnchenfilets in Pilzsoße mit Gemüsenudeln 378 kcal / 1583 kJ 3,3 BE a,b1	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch, Dessert 430 kcal/1800 kJ a,b1,e,m	Schweineschnitzel, Bauern-Kartoffelsalat, Gemüsebeilage 684 kcal/2864 kJ; 2,9 b1,e,i	Schkölerer Welsfilet in feiner Curry-Sahnesoße, Basmatireis, Bohnen-Gurkensalat (hausg.) 745 kcal/3119 kJ a,c,i	Bauernfrühstück (mit Kartoffeln, Ei, Schinkenspeck, Zwiebeln, Gewürzgurke), Bohnen-Gurkensalat (hausg.) 700 kcal/2931 kJ; 2,9 e,i		Kirschkompott 9	
DO 24.09.	Bauernroulade (Hackfleisch), Soße, Salzkartoffeln, Mischgemüse 563 kcal/2357 kJ a,b1,m	Sauerbraten, Soße, Klöße, Apfelrotkohl 531 kcal/2223 kJ; 1,2,3,0 b1,b3,h,m	Rahmgeschnitzeltes vom Schwein mit Erbsen-gemüse und Spätzle 460 kcal/1926 kJ; 10 4,3 BE a,b1,e,m	Saurer Gurkeneintopf mit Schweinefleisch, Apfelmus 308 kcal/1290 kJ; 2,3,9 b1,l,m	Geflügelsalat (mit Pfirsich, Ananas und Kopfsalat), Baguette 452 kcal/1893 kJ; 1,2,3,9 a,b1,c,e,i,l,m		Bunte Ravioli gefüllt mit Spinat-Ricotta, Käse-Sahnesoße, Weißkrautsalat 1100 kcal/4598 kJ; 2 a,b1,m	Tomatensuppe, 2 Quarkkeulchen, Zucker, Apfelmus 594 kcal/2487 kJ; 3 a,b1,e	Apfelkompott mit Vanillesoße a	
FR 25.09.	Paniertes Putenschnitzel, Soße, Salzkartoffeln, Buntes Gemüse 450 kcal/1884 kJ a,b1	Gefüllte Paprikaschote, Soße, Reis, Quarkcreme „Vanille“ 683 kcal/2860 kJ a,b1,i,m	2 Scheiben Blutwurst auf Sauerkraut dazu Stampfkartoffeln 565 kcal/2353 kJ;3,6 3,2 BE a,b1,b3	Linsen-Gemüse-Kartoffeleintopf, Quarkcreme „Vanille“ 422 kcal/1767 kJ a,b1,m	Salat „Gärtnerin“ (Mischsalat, Möhre, Gurke, Zucchini, Rettich, Nusschinken), Baguette, French-Dress. 519 kcal/2173 kJ; 2,3 a,b1,e,i		Kaninchenleber, Zwiebelsoße, Kartoffelpüree (hausg.), Quarkcreme „Vanille“ 698 kcal/2923 kJ a,b1,m	4 Pancakes (Eierpfannkuchen „Amerikanische Art“), Vanillesoße 898 kcal/3760 kJ a,b1,e	Erdbeerkompott 2	
SA 26.09.	Erbseneintopf mit Bockwurst, Waldfruchtmus 781 kcal/3270 kJ; 2,3,4,6 a,b1,i,m	Schweinebäckchen in Rotweinsauce, Klöße, Rahmchampignonköpfe 565 kcal/2366 kJ; 1,2,3,10 a,b1,b3,c,h,i,m	○ Hackbraten mit Gemüse-Einlage in Soße, Erbsen, Knöpfele-Spätzle 528 kcal / 2211 kJ 4,3 BE b1,e,l,m	– Freitag, 25. September – hausgebackener Kuchen von der „Backfee“ aus Mückern						Quark mit Früchten 3 a
SO 27.09.	Zwiebelrostbraten, Soße, Klöße, Schwarzwurzel 421 kcal/1763kJ; 2,3,0 a,b1,h,m	Kleine Entenkeule, Soße, Klöße, Rotkohl 711 kcal/2977 kJ; 2,3 b1,i,m	○ Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein, Zwiebel-Senfsoße, Wirsing, Salzkartoffeln 485 kcal/2031 kJ 3,1 BE a,b1,e,i	„Mini-Kuchenplatte“ 3 verschiedene Stück je 3,80 €		„Kleine Kuchenplatte“ 6 verschiedene Stück je 7,50 €		„Große Kuchenplatte“ 22 Stück (8 verschiedene Sorten) je 25,00 €		Nuss-Nugat-Pudding mit Vanillesoße a,i,f

Ihre Bestellung nehmen wir bis Mittwoch, 12.00 Uhr, der laufenden Woche entgegen.