



Unsere neue Speisekarte für die 03. Kalenderwoche 2019

FÜR DAS JAHR 2019 WÜNSCHEN WIR ALLEN UNSEREN

KOLLEGINNEN UND KOLLEGEN  
UND UNSEREN GÄSTEN

GESUNDHEIT UND FEUDE – AUCH IM ALLTAG!

TANJA, KATRIN UND PETER

### MONTAG, 14.01.

GERICHT 1: CHILI CON CARNE<sup>6; 9; 13; 42, (1; 3)</sup>

Zum Beginn des Neuen Jahres gleich einmal ein Feuerwerk für den Gaumen!  
Scharfe Sachen mit Nudeln.

GERICHT 2: GEMÜSE RATATOILLE<sup>1; 3; 9</sup>

Der delikate Gemüse Mix wird mit Makkaroni serviert.

---

### DIENSTAG, 15.01.

GERICHT 1: WIRSING-LACHS-LASAGNE<sup>1; 3; 4; 7; 9</sup>

Pasta mit Lachs – immer wieder eine gern gegessene Spezialität. Mit Wirsinggemüse verfeinert, mit Gemüsebrühe und Sahne abgeschmeckt und mit Käse überbacken – LECKER!

GERICHT 2: GEFÜLLTE ZUCCHINI<sup>1; 7; 8</sup>

Die Zucchini werden mit Bulgur und Feta Käse gefüllt. Geröstete Pinienkerne sorgen für den besonderen “Pfiff” und ein Dip macht das Menü komplett.

---

### MITTWOCH, 16.01.

GERICHT 1: HÄHNCHENBRUSTFILET “TOSCANA”<sup>7; 9; 12; 46</sup>

Ein Hauch Süden kommt heute auf die Teller – mit Reis als Sättigungsbeilage.



## GERICHT 2: KARTOFFEL – GEMÜSE – AUFLAUF<sup>9</sup>

Der Name ist Programm.

---

### DONNERSTAG, 17.01.

#### GERICHT 1: SCHNITZEL<sup>5; 6; 7; 11; 43</sup>

Gut paniert, frisch gebraten, mit Jägersauce und Kroketten bestimmt ein Genuss.

#### GERICHT 2: ROTE LINSEN EINTOPF “BOLOGNESE”<sup>1; 3; 9</sup>

Neben den gesunden roten Linsen sorgen noch Spaghetti, Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch für das “Bolognese”- Erlebnis.

---

### FREITAG, 18.01.

#### GERICHT 1: ERBSENEINTOPF<sup>9; 10; 42; 43</sup>

Hergestellt mit guter Fleischbrühe und angereichert mit Mettenden – auf diese Weise liegen schmecken und wärmen eng beieinander.

#### GERICHT 2: MILCHREIS MIT ZUCKER UND ZIMT (ODER HEISSEN KIRSCHEN).<sup>7</sup>

---

ZU ALLEN GERICHTEN GEHÖREN EIN NACHTISCH,  
FRISCHER SALAT MIT 2 DRESSINGS ZUR AUSWAHL,  
SOWIE FRISCHES OBST, TAFELWASSER UND KAFFEE  
ODER TEE.

Liebe Gäste, um über Inhaltstoffe und mögliche Allergene besser informiert zu werden, findet Ihr hinter jedem Gericht kleine Zahlen, welche Euch Auskunft geben. Was sie bedeuten findet Ihr im Aushang.  
Gerne könnt Ihr auch das Küchenteam fragen.