

# MENÜPLAN 29.04. bis 05.05.2024 | 18. Woche

**!** Wir wünschen Ihnen einen schönen 1. Mai!

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 29.04.2024	<b>Weißer Bohneneintopf</b> mit Rauchfleischwürfeln <sup>(5)</sup> und Zwiebeln, dazu ein Brötchen 81,8 KH* A1, F, I	<b>Fleischkäse</b> mit Sauce, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree 46,9 KH* A1, G, I	<b>TIPP Geflügel-cevapcici</b> mit Tomatensauce, dazu Gemüseris, Dessert 90,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>Mediterranes Gemüse</b> in rahmiger Tomatencreme mit Champignons, Paprika, Zucchini und Möhren, dazu grüne Bandnudeln, Dessert 81,8 KH* A1, F, G, I	<b>Große Bauernbratwurst</b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree und Senf, Dessert 45,3 KH* G, I, J	<b>Gegrillter Gyros-Braten</b> auf Krautsalat <sup>(2-4)</sup> , dazu Brötchen und Butter 65,4 KH* A1, G, J	<b>Chefsalat</b> gekochter Schinken und Goudawürfel <sup>(1+2)</sup> , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, ein Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH*C, G, J	<b>Apfelkuchen</b> 34,2 KH* A1, C, G, H2, H3
Dienstag, 30.04.2024	<b>Grißbrei</b> mit Zucker und Zimt, dazu Pfirsichkompott 98,0 KH* A1, G	<b>TIPP Kleine Frikadellen</b> mit Champignonrahmsauce, dazu Kartoffelpüree 48,2 KH* A1, C, G, I, J	<b>Chili con Carne</b> Rinderhackfleisch mit roten Bohnen, dazu Butterreis, Dessert 77,0 KH* A1, F, I	<b>Gemüsebratung</b> mit Schnittlauchsauce, dazu Vollkornreis, Dessert 57,9 KH* A1, G, I	<b>Rotbarschfilet gegrillt</b> mit Zitronen- Meerrettichsauce, dazu Salzkartoffeln und Feldsalat mit Dressing, Dessert 62,2 KH* A1, C, D, G, I, J	<b>Geflügelsalat</b> mit Spargelstücken, Ananas und Champignons, dazu 1 Brötchen 41,6 KH* A1, C, G, J	<b>Chefsalat</b> gekochter Schinken und Goudawürfel <sup>(1+2)</sup> , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, ein Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH*C, G, J	<b>Käsekuchen</b> 35,0 KH* A1, C, G
Mittwoch, 01.05.2024	<b>Feiertag</b> „Tag der Arbeit“	<b>Deftiges Wurstgulasch<sup>(2)</sup></b> mit Butternudeln, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 90,6 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>Hähnchenschnitte „Cordon bleu“</b> mit Schinken und Käse gefüllt, Sauce, Erbsengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 65,3 KH* A1, G, I	<b>Schmackhaftes Rührei</b> mit Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree, Dessert 69,2 KH* A1, C, F, G, I	<b>TIPP Spanferkelbraten</b> mit deftiger Sauce, dazu Sauerkraut und zwei Thüringer Klöße 66,1 KH* A1, I, J	<b>Feiertag</b> „Tag der Arbeit“	<b>Feiertag</b> „Tag der Arbeit“	<b>Feiertag</b> „Tag der Arbeit“	<b>Feiertag</b> „Tag der Arbeit“
Donnerstag, 02.05.2024	<b>Veg. Möhren-Kohlrabi-Eintopf</b> mit feinem Gemüse, dazu ein Brötchen 57,2 KH* A1, I	<b>TIPP Rostbratwurst<sup>(2+7)</sup></b> auf Sauerkraut <sup>(3)</sup> , dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Senf, Dessert 40,7 KH* A1, G, I, J	<b>Bunte Reispfanne</b> mit versch. Gemüse (Paprika, Tomaten, Bohnen) und Hähnchenbrustwürfel, Dessert 78,0 KH* F	<b>Frühlingsrolle</b> gefüllt mit Asia-Gemüse, dazu süß-saure Sauce und Vollkornreis 92,4 KH* A1, G	<b>Schweizer-Schnitzel</b> mit Schinken und Tomaten belegt, überbacken mit Gouda, dazu Rosmarinkartoffeln, Dessert 71,2 KH* A1, G	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Kartoffelsalat <sup>(2+4)</sup> , Salatgarnitur und Senf 48,5 KH* A1, C, J	<b>Chefsalat</b> gekochter Schinken und Goudawürfel <sup>(1+2)</sup> , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, ein Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing 7,9 KH*C, G, J	<b>Mandarin-Sahneschnitte</b> 26,2 KH* A1, C, G
Freitag, 03.05.2024	<b>Hackfleischpfanne (Schwein)</b> mit Mais, Möhren und Erbsen, dazu Butterreis, Dessert 72,5 KH* A1, F, I	<b>Frikadelle</b> mit Sauce, dazu Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und Kartoffelpüree, Dessert 54,3 KH* A, C, G, I	<b>TIPP Gebratenes Schollenfilet<sup>(5)</sup></b> „Finkenwerder Art“ mit Speck <sup>(3)</sup> und Zwiebeln, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Gurkensalat 77,7 KH* A1, D, F, I, J	<b>Eierpfannkuchen natur</b> mit warmen Kirschkompott 120,1 KH* A1, C, G	<b>Kalbsleber</b> mit Bratensauce, Apfelwürfel u. Schwenkzwiebeln, dazu Rotkohl u. Kartoffelpüree, Dessert 42,6 KH* A1, F, G, I	<b>Hausmacher Sülze</b> in Essig-/Öl-Dressing, mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat <sup>(2+4)</sup> 33,0 KH* C, J	<b>Chefsalat</b> gekochter Schinken und Goudawürfel <sup>(1+2)</sup> , auf frischen Salaten der Saison, dazu American-Dressing, ein Brötchen 41,2 KH* A1, C, G, J	<b>Gurkensalat</b> 14,1 KH*	<b>Bienenstich-Schnitte</b> 27,0 KH* A1, C, G, H1
Samstag, 04.05.2024	<b>Veg. Kartoffeleintopf</b> mit feinem Gemüse, Dessert 45,4 KH* A1, F, G, I, J	<b>Schweinebraten</b> mit Sauce, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 59,0 KH* A1, G, I, J	<b>Veg. Schnitzel „Wiener Art“</b> mit Sauerrahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 73,4 KH* A1, C, F, G, I, J	<b>TIPP Rinderbraten</b> mit deftiger Sauce, dazu Rotkohl <sup>(4)</sup> und zwei große Thüringer Klöße, Dessert 61,8 KH* A1, F, I	Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum <b>sofortigen Verzehr</b> bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.		<b>Änderungen vorbehalten!</b> Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: <a href="http://www.frisch-menü.de">www.frisch-menü.de</a>		EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).
Sonntag, 05.05.2024	<b>Schweinesteak</b> in Rahmsauce, dazu Karottengemüse und Zwiebelpüree, Dessert 51,2 KH* A1, G, I	<b>TIPP Kalbfleischbällchen</b> in Rahmsauce, dazu Karottengemüse und Zwiebelpüree, Dessert 53,7 KH* A1, C, G, I, J	<b>Bunter Nudelauflauf</b> mit verschiedenem Gemüse, überbacken mit Gouda <sup>(1+2)</sup> , dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 104,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>Cordon bleu vom Schwein</b> mit Bratensauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert 72,4 KH* A1, C, G, I, J	Allergene: Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalenfrüchte: H1=Mandeln, H2=Haselnüsse; H3=Walnüsse; H4=Cashewnüsse; H5=Pekannüsse; H6=Paranüsse; H7=Pistazien; H8=Macadamianüsse; H9=Queenslandnüsse; I=Sellerie; J=Senf; K=Sesam; L=Schwefeldioxid; M=Lupinen; N=Weichtiere <b>Zusatzstoffe:</b> 1=mit Farbstoff; 2=mit Konservierungsstoff; 3=mit Nitritpökelsalz; 4=mit Süßungsmittel; 5=kann Gräten enthalten; 6=mit Antioxidationsmittel; 7=mit Phosphat; 8=gewachst; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol				

Wir wünschen guten Appetit!



Bürozeiten Seesen: Mo. bis Fr. 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr  
**Telefon: 0 53 81 / 94 80 6-5**  
**Fax: 0 53 81 / 94 80 6-7**



# MENÜPLAN

06.05. bis 12.05.2024 | 19. Woche

**Bitte beachten Sie unsere  
Preisanpassung ab 06.05.2024!**

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
Montag, 06.05.2024	<b>Altdeutsche Graupensuppe</b> mit Krakauer Würstchen <sup>(2)</sup> und feinem Gemüse, dazu ein Brötchen  53,2 KH* A1, F, G, I, J	<b>Brühpölnische</b> auf Wirsinggemüse, dazu Kartoffelpüree und Senf  46,1 KH* A1, G, I, J	<b>Putengeschnetzeltes</b> mit Champignons, dazu Butterreis  65,8 KH* A1, G, I	<b>TIPP Gemüseplatte „Gärtnerin“</b> verschiedene Gemüse überzogen mit Sauce Hollandaise, dazu Kartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 57,0 KH* A1, C, G, I	<b>Schnitzel Valdostana</b> mit Schinken <sup>(2)</sup> , Hackfleisch- sauce und Käse <sup>(1+2)</sup> überbacken, dazu Makkaroni und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 111,5 KH* A1, F, G, I	<b>Partyfrikadellen</b> mit Kartoffelsalat <sup>(2+4)</sup> , dazu eine Portion Senf und ein Brötchen 68,2 KH* A1, C, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm- Dressing 7,9 KH* C,G,J	<b>Erdbeer- kuchen</b>  40,6 KH* A1,C,G
Dienstag, 07.05.2024	<b>Geflügelbratwurst<sup>(2+7)</sup></b> mit Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree, Senf 45,4 KH* A1, G, I, J	<b>TIPP Hähnchen- brustfilet</b> mit Champignonrahmsauce, dazu Spiralnudeln, Dessert 73,9 KH* A1, G, I	<b>Hausgemachter Hackbraten</b> in Rahmsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 47,1 KH* A1, G, I	<b>Brokkoli-Möhren- Reispfanne</b> mit Vollkornreis und gerösteten Mandeln, dazu Schnittlauchsauce 59,4 KH* A1, F, G, H1, I	<b>Bayrischer Leberkäse<sup>(2)</sup></b> auf Sauerkraut <sup>(3)</sup> mit Speck <sup>(2)</sup> , Zwiebelpüree, dazu süßen Senf, Dessert 37,0 KH* G, I, J	<b>paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit Nudelsalat <sup>(2)</sup> 69,2 KH* A1, C, G, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm- Dressing 7,9 KH* C,G,J	<b>Kirsch- Sand- kuchen</b>  34,2 KH* A1,C,G, H2
Mittwoch, 08.05.2024	<b>Warme Wiener Würstchen<sup>(2+6)</sup></b> mit Mischgemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert 59,7 KH* A1, G, I, J	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit Geflügelsauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> 72,8 KH* A1, G, I	<b>TIPP Rinderleber- ragout</b> in Apfel-Zwiebel-Sauce, dazu Kartoffelpüree, Dessert 38,7 KH* A1, G, I	<b>Vegetarische Gemüsesuppe</b> mit Kartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu ein Brötchen, 58,1 KH* A1, F, I	<b>Forelle „Müllerin“</b> mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Butter, dazu gemischter Salat mit Dressing, Dessert 50,4 KH* A1,C,G,J	<b>Schwarzwälder Quarkpokal</b> mit Vanillequark, Sauerkirschen und Schokostreuseln 89,9 KH* G	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm- Dressing 7,9 KH* C,G,J	<b>Rosinen- schnecke</b>  63,3 KH* A1,C,F,G,H1,K
Donnerstag, 09.05.2024	<b>Feiertag</b> „Christi Himmelfahrt“	<b>Hähnchenpfanne „Puszta“</b> mit Tomaten- und Paprikawürfeln, dazu Butterreis, Dessert 72,0 KH* A1, F, I	<b>TIPP Paprikaschnitzel</b> mit pikanter Sauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 73,9 KH* A1, C, G, I, J	<b>Gemüsefrikadelle</b> mit Rahmsauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und Partysalat, Dessert 88,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>Schweinefilet</b> in Pfefferrahmsauce, dazu Brokkoli und Minikartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 57,1 KH* A1, F, G, I	<b>Feiertag</b> „Christi Himmelfahrt“	<b>Feiertag</b> „Christi Himmelfahrt“	<b>Feiertag</b> „Christi Himmelfahrt“	<b>Feiertag</b> „Christi Himmelfahrt“
Freitag, 10.05.2024	<b>Partyfrikadellen</b> in würziger Paprikasauce, dazu Kartoffelpüree 62,4 KH* A1, C, G, I, J	<b>Geflügelhacksteak „Big Rib“</b> mit Tomatencreme und Spiralnudeln 96,8 KH* A1, C, G, I, J	<b>Seelachsfilet<sup>(5)</sup> natur</b> mit Gemüsesahnesauce, dazu Kartoffeln <sup>(6)</sup> und grüner Bohnensalat 57,9 KH* A1, D, G, I	<b>Nudelaufauf</b> Spiralnudeln in feiner Spinat-Käsesauce, überbacken mit Gouda <sup>(1+2)</sup> , Dessert 80,9 KH* A1, G, I	<b>Tafelspitz</b> mit grüner Sauce (extra verpackt) und Leipziger Allerlei, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 43,9 KH* A1, C, G, J	<b>Bunter Eiersalat</b> mit gekochtem Schinken, dazu ein Brötchen und Butter 43,9 KH* A1, C, G, J	<b>„Chicken run“</b> Hähnchen-Nuggets <sup>(9)</sup> auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing, ein Brötchen 51,5 KH* A1, C, G, I, J	<b>grüner Bohnen- salat</b> 5,3 KH*	<b>Himbeer- Sahne- schnitte</b>  38,8 KH* A1,C,G

*Wir wünschen  
guten Appetit!*

**DER PARITÄTISCHE**  
**IHR REGIONALER  
ANBIETER VOR ORT**  
zuverlässig seit 50 Jahren

Samstag, 11.05.2024	<b>Wirsingroulade</b> mit Hackfleischfüllung, dazu Speck-Zwiebelsauce <sup>(3)</sup> und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 52,3 KH* A1, C, G, I, J	<b>Vegetarischer Linseneintopf</b> mit verschiedenem Gemüse und Kartoffelwürfeln, Dessert 83,7 KH* A1, I	<b>Tortellini „Verdura“</b> Gemüsetortellini (Karotten, Sellerie, Spinat) in leckerer Tomatensauce, Dessert 107,7 KH* A1, G, I	<b>Schweinesteak</b> mit Speck <sup>(2)</sup> , Zwiebeln und Käse <sup>(1+2)</sup> überbacken, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und gemischter Salat mit Dressing, Dessert 40,4 KH* G	Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum <b>sofortigen Verzehr</b> bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt ohne Salatbeilage.	<b>Änderungen vorbehalten!</b> Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: <a href="http://www.frisch-menü.de">www.frisch-menü.de</a>	EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).
Sonntag, 12.05.2024	<b>Rahmgulasch vom Schwein</b> mit Makkaroni, Dessert 67,5 KH* A1, F, G, I	<b>Rinderfrikadelle</b> mit Champignon-Sauce, dazu Rosenkohl <sup>(3)</sup> und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 45,3 KH* A1, G, I, L	<b>Blumenkohlaufauf</b> mit Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert 68,4 KH* A1, G, I	<b>TIPP Sauerbraten vom Jungbullen</b> mit deftiger Sauce, dazu Sauerkraut und Schupfnudeln, Dessert 107,3 KH* A1, F, G, I	<b>Allergene:</b> Gluten: A1=Weizen; A2=Roggen; A3=Gerste; A4=Hafer; B=Krebstiere; C=Eier; D=Fisch; E=Erdnüsse; F=Soja; G=Laktose; Schalenfrüchte: H1=Mandeln, H2=Haselnüsse; H3=Walnüsse; H4=Cashewnüsse; H5=Pekannüsse; H6=Paranüsse; H7=Pistazien; H8=Macadamianüsse; H9=Queenslandnüsse; I=Sellerie; J=Senf; K=Sesam; L=Schwefeldioxid; M=Lupinen; N=Weichtiere <b>Zusatzstoffe:</b> 1=mit Farbstoff; 2=mit Konservierungsstoff; 3=mit Nitritpökelsalz; 4=mit Süßungsmittel; 5=kann Gräten enthalten; 6=mit Antioxidationsmittel; 7=mit Phosphat; 8=gewächst; 9=Formfleisch; 10=enthält Alkohol		

Bürozeiten Seesen: Mo. bis Fr. 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr  
**Telefon: 0 53 81 / 94 80 6-5**  
**Fax: 0 53 81 / 94 80 6-7**