

## Speiseplan 12. Woche vom 19.03.2018 bis 25.03.2018

Datum	rot - Menü 1	gelb - Menü 2	grün - Menü 3	P - Pasta	silber-Vegetarisch	blau - Diät	Zusatz von Mo-So
<b>Mo</b> 19.03.	Schweizer Sahne- geschnetzeltes mit hausgemachten Knödeln A <sup>1</sup> ,G,I	Thüringer A <sup>1</sup> ,J,K,1,4,6 Rostbratwurst mit Sauerkraut und Kart., dazu Senftüte	Linseneintopf süß-sauer A <sup>1</sup> ,K,1,4,6 abgeschmeckt, mit 1 Bockwurst	Bunte Spirelli- Hackfleischpfanne mit Zwiebeln, A <sup>1</sup> ,I Erbsen und Mais	Blumenkohl A <sup>1</sup> ,C,F,G,I,J,K in Sauce Hollandaise, mit Käse überbacken, an Salzkartoffeln	Gedünstetes A <sup>1</sup> ,C,I,J Kabeljaufilet mit Lauchkruste, an Wild- reismischung 600 kcal	<b>A:</b> Fitnesssalat A <sup>1</sup> ,F,G,I mit Champignons, Sojasprossen, Radiesl und Kräuterdressing
<b>Di</b> 20.03.	Putenpfanne alla Italia A <sup>1</sup> ,I in Basilikum-Tomaten- soße, an Bandnudeln	Sächsische Krautwickel mit Kartoffeln A <sup>1</sup> ,C,I,J,K	Erbseneintopf mit Bockwurstwürfel A <sup>1</sup> ,I,K,1,4,6	Bunte Spirelli- Hackfleischpfanne mit Zwiebeln, A <sup>1</sup> ,I Erbsen und Mais	Vegetarische Kartoffelsuppe mit Gemüstreifen, Dessert A <sup>1</sup> ,G,I,K	Schweinenacken- steak A <sup>1</sup> ,I,J,K mit Broccoli und Kartoffeln 600 kcal	<b>B:</b> Deftiges Bratenbrot mit Ei und Meerrettich garniert A <sup>12</sup> ,C,G,J,7
<b>Mi</b> 21.03.	Gebackenes Fischfilet A <sup>1</sup> ,C,D,G,I,K,1,4 mit Rotkraut und Kartoffelpüree	Pikanter Wurstgulasch mit Letschogemüse und Reis A <sup>1</sup> ,J,1,4,6,7	Grüner A <sup>1</sup> ,G,I,K,1,4,6 Bohneneintopf mit Kasslerwürfel, Dessert	Bunte Spirelli- Hackfleischpfanne mit Zwiebeln, A <sup>1</sup> ,I Erbsen und Mais	Nudelaufauf A <sup>1</sup> ,C,G,I mit Tomaten- basilikumsoße und Käse überbacken	4 Nürnberger 460 kcal Würstchen A <sup>1</sup> ,I,J,K,1,4,6 mit Sauerkraut und Salzkart., Kompott	<b>C:</b> 3 würzige Hackbällchen mit Tzatzikidip und buntem Reissalat A <sup>1</sup> ,C,G,I,J
<b>Do</b> 22.03.	Schweinszunge in Buttersoße, mit Erbsen A <sup>1</sup> ,G,I,J,K und Salzkartoffeln	Zartes A <sup>1</sup> ,I Hühnerfrikassee mit buntem Gemüse, an Kräuterreis	Milchgriß A <sup>1</sup> ,G dazu extra Zucker und Zimt, Erdbeerkompott	Bunte Spirelli- Hackfleischpfanne mit Zwiebeln, A <sup>1</sup> ,I Erbsen und Mais	Gemüseschnitzel auf Rahm- A <sup>1</sup> ,C,F,G,I,K champignons, an Kräuterkartoffelpüree	Spaghetti A <sup>1</sup> ,G,I mit Hackfleischsoße, dazu Dessert 530 kcal	<b>E:</b> Makkaroni mit Gulasch, dazu Käse A <sup>1</sup> ,G,I,J
<b>Fr</b> 23.03.	Hähnchenbrust mit Buttermöhrrchen und Salzkartoffeln A <sup>1</sup> ,G,I,K	Nudelpfanne Jäger Art mit Zwiebeln und Pilzen, an Käsekräutersoße A <sup>1</sup> ,G,I	Soljanka dazu eine Scheibe Brot A <sup>1</sup> ,F,G,I,J,K,M,1,4,6,7	Bunte Spirelli- Hackfleischpfanne mit Zwiebeln, A <sup>1</sup> ,I Erbsen und Mais	3 Quarkkälchen mit heißer Sauerkirschoße A <sup>1</sup> ,C,G,K,5	Gedünstetes A <sup>1</sup> ,D,I,K Fischfilet in Dillsoße, mit Salzkartoffeln, Rohkost 550 kcal	
<b>Sonnabend</b>	<b>Menü I</b>	<b>Diät</b>		<b>Menü I</b>	<b>Diät</b>		<b>Sonntag</b>
<b>24.03.2018</b>	4 Hähnchencrossies A <sup>1</sup> ,C,G,I,K auf buntem Rahmgemüse, mit Kartoffelpüree, Obst	Schwalbennest , Hackbraten mit Ei, dazu Mischgemüse und Kart., Dessert A <sup>1</sup> ,C,G,I,J,K * 560 kcal		Schweineroulade A <sup>1</sup> ,G,I,J,K,7 mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln, Obst	Kalbsragout A <sup>1</sup> ,G,I,J,K * 540 kcal mit Champignons und Salz- kartoffeln, Fruchtjoghurt		<b>25.03.2018</b>

Allergene: A-glutenhalt. Getreide (A<sub>1</sub>-Weizen, A<sub>2</sub>-Roggen, A<sub>3</sub>-Gerste, A<sub>4</sub>-Hafer, A<sub>5</sub>-Dinkel, A<sub>6</sub>-Emmer, A<sub>7</sub>-Khorasan-Weizen), B-Krebstier, C-Ei, D-Fisch, E-Erdnuss, F-Sojabohne, G-Milch, H-Schalenfrucht (H<sub>1</sub>-Mandeln, H<sub>2</sub>-Haselnuss, H<sub>3</sub>-Walnuss, H<sub>4</sub>-Kaschunüsse, H<sub>5</sub>-Pecanüsse, H<sub>6</sub>-Paranüsse, H<sub>7</sub>-Pistazien, H<sub>8</sub>-Makadamianüsse), I-Sellerie, J-Senf, K-Schwefeldioxid/Sulfite, L-Sesam, M-Lupine+W-Weichtiere. Zusatzstoffe: 1 Konservierungsstoffe; 2 Geschmacksverstärker; 3 Farbstoff; 4 Antioxydationsmittel; 5 Geschwefelt; 6 Phosphat; 7 Zuckeraustauschstoffe; 8 Gewächst; 9 Geschwärt. Zusatzstoffe werden bei der Zubereitung vermieden. Aufgrund von Zusammenführungen der versch. Komponenten, können sich Inhaltsstoffe vermischen. Wir können daher nicht ausschließen, dass in den angebotenen Speisen noch weitere Inhaltsstoffe vorhanden sind. Die La Ola Zentralküche übernimmt keine Haftung für die Vollständigkeit der Deklaration.

**Hinweis der Küche: Abbestellungen für das Wochenende sind bitte bis Freitag 14.00 Uhr vorzunehmen..**