

## Speiseplan 45. Woche vom 05.11.2018 bis 11.11.2018

| Datum               | rot - Menü 1  | gelb - Menü 2  | grün - Menü 3  | P - Pasta  | silber-Vegetarisch  | blau - Diät   | Zusatz von Mo-So   |
|---------------------|---|--|--|--|---|---|--|
| <b>Mo</b><br>05.11. | <b>Gegrillte</b> <sup>A<sup>1</sup>,G,I</sup><br><b>Hähnchenbrust</b><br>in Curryrahmsoße<br>und mit Curcumareis            | <b>2 Spiegeleier</b><br>an Rahmspinat,<br>mit Salzkartoffeln<br><sup>A<sup>1</sup>C,G,K</sup>  | <b>Linseneintopf</b><br>süß-sauer abgeschm.,<br>mit Wiener Würstchen<br><sup>A<sup>1</sup>,I,K,1,4,6</sup>                                 | <b>Spaghetti</b> <sup>A<sup>1</sup>,B,G</sup><br>mit Schrimps,<br>Knoblauch, in<br>Sahnesoße                           | <b>Gemüseauflauf</b><br>mit Kartoffelscheiben<br>und Käse überbacken<br><sup>A<sup>1</sup>,C,G,I,K</sup>      | <b>Fischboulette</b><br>in Dillsoße, <sup>A<sup>1</sup>,C,D,G,I,K</sup><br>mit Kartoffelbrei,<br><u>dazu Dessert</u> 560 kcal       | <b>A:</b><br><b>Edamer Zucchini-<br/>Radicciosalat</b> <sup>C,G</sup><br>mit Eier-Schnittlauch-<br>dressing<br><b>B:</b><br><b>Deftiger Reisauflauf</b><br>mit Hackfleisch<br>und Schafskäse <sup>G,I</sup><br><b>C:</b><br><b>Nudelsalat</b> <sup>A<sup>1</sup>,C,G,I,J,7</sup><br>mit Ketchup, Gemüse<br>und saftigem<br>Putenschnitzel<br><b>E:</b><br><b>Gedünstetes Lachsfilet</b><br>im Spinatbett, <sup>A<sup>1</sup>,D,G,I</sup><br>an Schleifennudeln |
| <b>Di</b><br>06.11. | <b>Schweineroulade<br/>nach Hausfrauenart</b><br>mit Rotkraut<br><sup>A<sup>1</sup>,I,J,K,1,4,7</sup><br>und Salzkartoffeln | <b>3 Kartoffelpuffer</b><br>mit Zucker bestreut,<br>mit Blumenkohl-<br><sup>A<sup>1</sup>,C,G,I,K,4</sup><br>cremesuppe, <u>Apfelmus</u> | <b>Grüner Bohneneintopf</b><br>mit Kartoffelstücken und<br>Kasslerwürfel,<br><sup>A<sup>1</sup>,G,I,K,1,4,6</sup><br><u>Vanillepudding</u> | <b>Spaghetti</b> <sup>A<sup>1</sup>,B,G</sup><br>mit Schrimps,<br>Knoblauch, in<br>Sahnesoße                           | <b>Blumenkohl-Broccoli</b><br>mit Sauce Hollandaise<br>und Kartoffeln<br><sup>A<sup>1</sup>,C,F,G,I,J,K</sup> | <b>Schweinebraten</b><br>mit Kaisergemüse<br>und Salzkartoffeln<br><sup>A<sup>1</sup>,I,J,K,</sup> 540<br>kcal                      |  |
| <b>Mi</b><br>07.11. | <b>Schweineschnitzel</b><br>in einer Senfruste,<br>mit Butterbohnen und<br>Salzkart. <sup>A<sup>1</sup>,C,G,I,J,K</sup>     | <b>Marinierter Hering</b><br>mit bunter Rohkost<br>und Salzkartoffeln<br><sup>A<sup>1</sup>,C,D,G,I,J,K,7</sup>                          | <b>Bunter Nudleintopf</b><br>mit Fleischwürfel,<br>Gemüse und frischen<br>Kräutern, <u>Joghurt</u> <sup>A<sup>1</sup>,C,G,I</sup>          | <b>Spaghetti</b> <sup>A<sup>1</sup>,B,G</sup><br>mit Schrimps,<br>Knoblauch, in<br>Sahnesoße                           | <b>Nudeln</b> überbacken<br>mit Tomaten-<br>Basilikumsoße<br>und Käse <sup>A<sup>1</sup>,C,G,I</sup>          | <b>Geflügelleber</b> <sup>A<sup>1</sup>,G,I,K,</sup><br>mit Apfelstückchen,<br>an Kartoffelbrei,<br><u>dazu Rohkost</u> 650<br>kcal |  |
| <b>Do</b><br>08.11. | <b>Herzhafter<br/>Mischgulasch</b><br>an Spirellis<br><sup>A<sup>1</sup>,I,J</sup>  | <b>Beefsteak</b> <sup>A<sup>1</sup>,C,G,I,J,K</sup><br>in deftigem Soße,<br>mit Butterbohnen<br>und Salzkartoffeln                       | <b>Cremige Blumenkohl-<br/>Brocolisuppe ±<br/>Banane,</b><br>mit Broccoli-<br>rößchen und<br>Fleischklößchen <sup>A<sup>1</sup>,C,I</sup>  | <b>Spaghetti</b> <sup>A<sup>1</sup>,B,G</sup><br>mit Schrimps,<br>Knoblauch, in<br>Sahnesoße                           | <b>Pilzbohnen</b><br>mit Kartoffelbrei,<br><u>dazu Obst</u><br><sup>A<sup>1</sup>,G,I,K</sup>                 | <b>Pikanter<br/>Wurstgulasch</b><br>mit Reis, <u>dazu Dessert</u><br><sup>A<sup>1</sup>,G,I,J,1,4,6,7</sup> 600<br>kcal             |  |
| <b>Fr</b><br>09.11. | <b>Schmorrippchen</b><br>auf Karotten-<br><sup>A<sup>1</sup>,I,J,K,1,4</sup> sauerkraut<br>und mit<br>Dampfkartoffeln       | <b>Makkaronipfanne<br/>Saloniki</b> mit <sup>A<sup>1</sup>,G,I</sup><br>Hackfleisch, Paprika und<br>Schafskäse                           | <b>Feiner Milchreis</b><br><u>dazu Zucker und Zimt</u><br><u>extra, Erdbeerkompott</u><br><sup>G</sup>                                     | <b>Spaghetti</b> <sup>A<sup>1</sup>,B,G</sup><br>mit Schrimps,<br>Knoblauch, in<br>Sahnesoße                           | <b>Gebackener<br/>Hirtenkäse</b><br>an Paprikagemüse<br>und Reis <sup>A<sup>1</sup>,C,G,I</sup>               | <b>Bratkartoffeln</b><br>mit Rührei,<br><u>dazu Rohkost</u><br><sup>C,K</sup> 600<br>kcal   |  |
| <b>Sonnabend</b>    | <b>Menü I</b>   | <b>Diät</b>  | <b>Menü I</b>  | <b>Diät</b>  | <b>Sonntag</b>  |   |  |
| <b>10.11.2018</b>   | <b>Kasslerbraten</b> <sup>A<sup>1</sup>,G,I,J,K,1,4,6</sup><br>in RotweinsöÙe, mit Bohnen<br>und Kartoffeln, <u>Dessert</u> | <b>Bunter Gemüseeintopf</b><br>mit Rindfleisch <sup>A<sup>1</sup>,G,I,K</sup><br><u>Joghurt</u> 480 kcal                                 | <b>Feiner Putengulasch</b><br>mit Kartoffeln und <sup>A<sup>1</sup>,G,I,K,</sup><br>Buttergemüse, <u>Dessert</u>                           | <b>Tafelspitz</b> <sup>A<sup>1</sup>,G,I,K,</sup><br>in MeerrettichsoÙe, mit<br>Kartoffeln, <u>Joghurt</u> 560<br>kcal | <b>11.11.2018</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 Gewachst; 9 Geschwärtzt. 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.**