

Speiseplan 47. Woche vom 19.11.2018 bis 25.11.2018

Datum	rot - Menü 1	gelb - Menü 2	grün - Menü 3	P - Pasta	silber-Vegetarisch	blau - Diät	Zusatz von Mo-So
Mo 19.11.	Schweinerückensteak an Cremechampignons, mit Bratkartoffeln A ¹ ,G,I,K	2 gekochte Eier in süß-saurer Soße, mit Salzkart., A ¹ ,C,I,J,K <u>Möhren-Apfelsalat</u>	Kartoffelsuppe mit Gemüsestreifen und Bockwurstwürfel, <u>dazu Dessert</u> A ¹ ,G,I,K,1,4,6	Makkaroni Frittata A ¹ ,G,1,4,6 mit Schinken, Tomaten + Lauch	Blattspinat mit Blauschimmelkäse überbacken, A ¹ ,G,I,K an Kartoffeln	Schleifennudeln mit Schinkenstreifen, an Tomatensoße, <u>dazu</u> <u>Obst</u> A ¹ ,I,1,4,6 590 kcal	A: Bunte Salatplatte G,I mit Gyros und Tzatzikidressing B: Rheinländer A ^{1,2} ,D,G,I,J,7 Heringsalat mit Rote Bete, Äpfeln und 2 Scheiben Brot C: Sächsischer Kartoffelsalat mit 1 Paar Wiener, an Senf C,G,I,J,K,1,4,6,7 E: Spreewälder Roulade mit Hackfleisch gefüllt, an Salzkartoffeln und Butterbohnen A ¹ ,C,G,I,J,K
Di 20.11.	Gebackenes Fischfilet mit Rotkraut und Kräuterkartoffelpüree A ¹ ,C,D,G,I,K,1,4	Krautwickel A ¹ ,C,I,J,K,1,4 nach Hausfrauenart im Schmorfond, mit Salzkartoffeln	Tomatenbasilikumtopf mit Hörnchennudeln, Fleischklößchen und Käse, <u>Dessert</u> A ¹ ,C,G,I	Makkaroni Frittata A ¹ ,G,1,4,6 mit Schinken, Tomaten + Lauch	Kartoffelauflauf mit Gemüse, A ^{1,2,4,5} ,C,G,I Vollkornkernen und Käse überbacken	Lebergulasch mit Kartoffelpüree, <u>dazu Pudding</u> A ¹ ,E,G,H,I,J,K 500 kcal	
Mi 21.11.	Asia Pfanne geschnet- zeltes Putenfleisch, mit Chinagemüse, A ¹ ,F,I an Wildreismischung	Buß- und Bettag	Weißer Bohneneintopf mit Rauchfleisch und Karottenwürfel, <u>dazu Kompott</u> A ¹ ,I,K,1,4,6	Makkaroni Frittata A ¹ ,G,1,4,6 mit Schinken, Tomaten + Lauch	3 Spiegeleier auf Bratkartoffeln C,K	Tafelspitz A ¹ ,G,I,K in Meerrettichsoße, mit Salzkartoffeln, <u>dazu Joghurt</u> 560 kcal	
Do 22.11.	Schweineschnitzel mit Mischgemüse und Salzkartoffeln A ¹ ,C,G,I,K	4 Nürnberger A ¹ ,G,I,J,K,1,4,6 Würstchen + <u>Senftüte</u> , auf Sauerkraut, mit Zwiebelkartoffelpüree	Herzhafte Soljanka mit Jagdwurst, Paprika, Gewürzgurke und Zwiebel, <u>dazu Brot</u> A ¹ ,F,G,I,J,K,M,1,4,6,7	Makkaroni Frittata A ¹ ,G,1,4,6 mit Schinken, Tomaten + Lauch	3 Quarkkälchen an heißer Sauerkirschsoße A ¹ ,C,G,K,5	Kräuterquark G,K mit Diätbutter und Salzkartoffeln, <u>dazu</u> <u>Mandarine</u> 500 kcal	
Fr 23.11.	Deftiges Feuerfleisch mit Letschogemüse und Zwiebel, A ¹ ,I,K an Bratkartoffeln	Gefüllter Riesen- germknödel A ¹ ,C,G,2,3 mit heißer Vanillesoße, <u>dazu Tafelobst</u>	Bunter Reiseintopf mit Gemüse, Kräutern und Geflügelfleisch, <u>Vanillequarkspeise</u> A ¹ ,G,I	Makkaroni Frittata A ¹ ,G,1,4,6 mit Schinken, Tomaten + Lauch	Butternudeln mit paniertem Fetakäse, A ¹ ,C,G <u>dazu Dessert</u>	Grießbrei (für Diabetiker) <u>dazu Mischkompott</u> A ¹ ,G,7 630 kcal	
Sonnabend	Menü I	Diät		Menü I	Diät		Sonntag
24.11.2018	Würzfleisch vom Schwein mit buntem Gemüse und Butterreis, <u>dazu Dessert</u> A ¹ ,G,I	Garnierte Spieße mit Curry, an Chinagemüse, mit A ¹ ,F,G,I,K Kartoffeln, <u>Joghurt</u> 540 kcal		Kaninchengulasch A ¹ ,G,I,K mit Champignons und Kartoffelpüree, <u>Obst</u>	Schmorbraten A ¹ ,I,J,K mit Mischgemüse und Kartoffeln, <u>Obst</u> 610 kcal		25.11.2018

Allergene: A-glutenhalt. Getreide (A₁-Weizen, A₂-Roggen, A₃-Gerste, A₄-Hafer, A₅-Dinkel, A₆-Emmer, A₇-Khorasan-Weizen), B-Krebstier, C-Ei, D-Fisch, E-Erdnuss, F-Sojabohne, G-Milch, H-Schalenfrucht (H₁-Mandeln, H₂-Haselnuss, H₃-Walnuss,

H₄-Kaschunüsse, H₅-Pecanüsse, H₆-Paranüsse, H₇-Pistazien, H₈-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..