



# Menüplan für die

Woche vom 13.12.2021 bis 17.12.2021

Tour: \_\_\_\_\_

Bitte Angebote & Hinweise auf der Rückseite beachten!

Einrichtung: \_\_\_\_\_

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Hauptkomponente	<b>H1</b> Gourmetfrikadelle	<b>H1</b> Züricher Geschnetzeltes 😊	<b>H1</b> „NEU“ Gefl. Wurstgulasch B,C,G Allergene: 1,10 😊	<b>H1</b> Rindersuppe mit Kl. Klößchen und Nudeln	<b>H1</b> <input type="checkbox"/> Backfischfilet <input type="checkbox"/> Bratwurst ohne Soße dazu Petersiliensoße sowie Püree und
Vegetarische Komponente	<b>V2</b> oder <b>Veggie Frikadelle</b> 😊	<b>V2</b> oder <b>Veggie Geschnetzeltes</b>	<b>V2</b> oder <b>Veggie Gemüsegulasch</b> Allergene:	<b>V2</b> oder <b>Gemüsesuppe mit Nudeln</b> 😊	<input type="checkbox"/> Krautsalat <input type="checkbox"/> Rote Beete
Beilagen	in <b>Demi Glace</b> dazu <b>Kartoffeln und Rahmkohlrabi</b>	dazu <input type="checkbox"/> Reis <input type="checkbox"/> Vollkornreis und	mit <b>Paprika-Tomatensoße</b> dazu <input type="checkbox"/> Nudeln <input type="checkbox"/> Vollkornnudeln	dazu <b>Vollkorn-Toastbrot</b>	<b>EO</b> oder <b>Bunte Tomaten-Thunfisch-Soße</b> dazu <b>Nudeln</b> 😊
Salat	*****	<input type="checkbox"/> Mix-Salat <input type="checkbox"/> Wახsbrechbohnen	*****	*****	
Dessert	Schoko-Müsli-Joghurt	<b>Frisches Obst</b>	<b>Vanillepudding</b>	<b>Honig-Mohn-Quark</b>	Magdalena Natur S.Packung
Rohkost	oder <b>Möhrensticks</b>	oder *****	oder <b>Kohlrabisticks</b>	oder <b>Gurkenscheiben</b>	oder <b>Frisches Obst</b>
Tauschmenü	<b>H3 H4 V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3 H4 V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3 H4 V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3 H4 V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen	<b>H3 H4 V5</b> bei Bedarf bitte ankreuzen
EXTRAS siehe RS					
Anzahl:					
+ Allergenessen*:					
GESAMT:					
TAUSCH DER WOCHE	<b>H3</b> 4 Hähnchensticks dazu <b>Gemüsesoße und Püree</b>	<b>H4</b> <b>Kartoffelsalat</b> dazu <b>Bockwürstchen</b> B,C,G	<b>V5</b> <b>Tortellini Tricolore</b> mit <b>Frischkäsefüllung</b> dazu <b>Tomatensoße und Salat</b>	Alternative Beilagen: <b>BIO Vollkornnudeln</b> <b>Vollkornreis</b> <b>TK Krokette</b>	Alternative Desserts: <b>Frisches Obst, eingelegtes Obst</b> <b>Grießbrei, Pfirsichjoghurt</b> <b>Eis, Balisto-Korn-Mix</b> S.Packung

A: mit Farbstoff / B: mit Konservierungsstoff / C: mit Antioxydationsmittel / D: mit Geschmacksverstärker / E: gewächst / F: mit Süßungsmittel / G: mit Phosphat



## Die Geschmäcker sind zum Glück verschieden!

Damit es Ihnen an Abwechslung nicht fehlt, dürfen Sie Zusätzlich zu den täglich angebotenen Auswahlmenüs der Wochenkarte, aus folgenden Wechselmenüs wählen. Notieren Sie das Kürzel des Wechselmenüs (z.Bsp.: „W1“) im Feld der EXTRAS auf der Vorderseite.

### Unsere EXTRA-Alternative

**W1** Tomatenrahmsauce mit Nudeln und Salat

**W2** Kaiserschmarrn mit Apfelmus

**W3** Pizza Margherita mit Salat

**W4** Hot Dogs

**W5** American Pancakes mit Nougat

#### Unser zusätzlicher Rohkostsnack

**RK** Rohkostkiste

**RP** Rohkostplatte

**RS** Rohkostsalat

**OP** Obstplatte

Bitte tragen Sie das Kürzel des jeweiligen Austauschmenüs in das Feld „EXTRAS“ auf der Vorderseite ein!  
Vielen Dank.

### Unsere Abkürzung zu Allergenen/Sonderessen:

Die Allergene unserer Gerichte finden Sie in unserem Allergen katalog.

A Apfel	T Tomate
B Erdbeere	U Schokolade
C Schalenfrucht	V Vegetarisch
D Geschmacksverstärker	W Weichtiere
E Eiweiß	X Sesam
F Fructose	Y Schonkost
G Gluten	Z Zucker
H Hefe	Ä Vegan
I Fisch	Ü Süßstoff
J Sellerie	Ö Möhre
K Kalorienarm	Å Lupine
L Laktose	Ô Schwefel und Sulfit
M Milch	Č Alkohol
N Nuß	Ĝ Glutenunverträglichkeit
O Erdnuß	Ĥ Knoblauch
P Paprika	Š Zwiebel
Q Senf	Ŵ Konservierungsstoffe
R Rind	Ÿ Krebstiere
S Soja	Ř Farbstoffe

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

Hier bitte Ihre EXTRAS eintragen

### Folgen Sie dem „grünen Weg“ der Ernährung:

Eine vollwertige Ernährung nach den Vorgaben der D-A-CH Richtlinie wird bei uns täglich groß geschrieben. So bereiten wir **fettarme**, **zuckerarme** und **salzarme** Gerichte in einer besonders **nährstoffschonenden** Garmethode für Sie zu. Unser **„grüner Weg“** liefert Ihnen somit eine gesunde Leitlinie, um ein perfektes Zusammenspiel von **geprüften Nährwertanalysen**, **Omega 3 Fettsäuren** und **alternativen Wechselgerichten** (Kinderklassiker) zu vereinen und den Kindern ein abwechslungsreiches aber auch gesundes Essen zu kochen. Folgen Sie dem **fettgedruckten** „Smiley“ 😊-Weg für einen optimalen **„grünen Weg“**. Zusätzliche Rohkostalternativen bieten optional ein Höchstmaß an **vollwertiger Ernährung**.

### Auszug aus den D-A-CH-Anforderungen:



je 4 Wochenplan		
<b>Getreide, -produkte, Kartoffeln</b>	20x	davon mind. 4x VK Produkte und max. 4x Kartoffelerzeugnisse
<b>Gemüse, Salate</b>	20x	davon mind. 8x Rohkost oder Salat
<b>Obst</b>	mind. 8x	TK oder frisch
<b>Milch, -produkte</b>	mind. 8x	
<b>Fleisch, Wurst, Fisch, Ei</b>	max 8x	Fleisch, Wurst - davon 4x mageres Muskelfleisch, kein Schweinefleisch verwenden
	mind. 4x	Seefisch - davon 2x fettreicher Seefisch