



VOLKSSOLIDARITÄT BARNIM E.V. | ESSEN AUF RÄDERN

Speiseplan vom

21.10.2019 – 27.10.2019

KW 43

Änderungen vorbehalten!

Joachimsthaler Str. 100 | 16230 Britz | Telefon: 03334/279106 | Fax: 03334/2779808

Name:

✂ Straße:

Telefon:

Woche **KW 43**

Tag	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 1	Menü 2	Menü 3
Montag 21.10.2019	Königsberger Klopse mit Kapern dazu Kartoffelpüree und Rote Beete 680 kcal (3, 6, A, C, G)	Fisch im Backteig dazu Dillrahm und Kartoffeln Salat 415 kcal (6 A, C, D, G)	Steckrübeneintopf mit Kasslerfleisch 425 kcal (A, L, I)			
Dienstag 22.10.2019	Putenrollbraten mit Buntem Gemüse dazu Schupfnudeln 630 kcal (6, A, C, D, G)	Hackfleisch - Kartoffelaufauf mit Gemüse und Käse überbacken Dessert 640 kcal (A, C, D, G)	Griesbrei mit heißen Kirschen VT Saft 548 kcal (6 A, G)			
Mittwoch 23.10.2019	gebratene Schweineleber in Zwiebel-Apfelsoße dazu Kartoffeln 399 kcal (6, A, G)	Eierfrikassee mit Salzkartoffeln VT Dessert 359 kcal (6, A, C, G, I)	Kräuterquark mit Schwenkkartoffeln VT Obst 225 kcal (G, L)			
Donnerstag 24.10.2019	geschmorte Hähnchenkeule dazu Buttererbsen und Kräuterkartoffeln 677 kcal (6, A, G, J)	überbackener Broccoli mit Kartoffelpüree VT Dessert 576 kcal (6, A, G)	Weißer Bohneneintopf mit Knacker Saft 328 kcal (A, C, G)			
Freitag 25.10.2019	gebratenes Welsfilet auf Meerrettichrahm dazu Dillkartoffeln & Salat 373 kcal (3, 6, A, C, D, G)	Bandnudeln mit einer Käsesoße und Gemüse 485 kcal (A, C, G, I, L)	Hausgemachte Sojanka mit Schmand dazu ein Brötchen 639 kcal (A, L, I)			
Samstag 26.10.2019	Hausgemachte Bauernroulade mit Mischgemüse und Salzkartoffeln 578 kcal (6, A, C, G, J)	Putenschnitzel mit Speckkartoffelsalat Dessert 710 kcal (A, C, G, L)				
Sonntag 27.10.2019	geschmorter Rindergulasch mit Pilzen und Zwiebeln, dazu Salzkartoffeln und Rotkraut 629 kcal (3, 6, A, C)	Wildlachsfilet mit Gemüse und Kräuterrahm Kartoffeln 536 kcal (6, A, G, I, J)				

Bildnachweis: Stephanie Hofschläger / pixelio.de

Kennziffern und Zusatzstoffe: 1 (mit Konservierungsstoff), 2 (mit Farbstoff), 3 (mit Süßstoff), 4 (mit Geschmacksverstärker), 5 (mit Antioxidationsmitteln), 6 (mit Säuerungsmitteln), 7 (mit Nitritpökelsalz und Nitrat)

Kennzeichnung Hauptallergene:
 A = Glutenhaltige Getreide
 B = Krebstiere
 C = Eier
 D = Fische
 E = Erdnüsse
 F = Sojabohnen

G = Milch
 H = Schalenfrüchte
 I = Sellerie
 J = Senf

K = Sesamsamen
 L = Schwefeldioxid & Sulfite
 M = Lupinen
 N = Weichtiere

Besuchen Sie uns auch in der
Cafeteria der VS Barnim e.V.
 Bergerstr. 30, Tel. 03334/374433