

# DIE MITTAGSFRISCHE !

**in form**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung

**gourmet**  
compagnie

vom 09.10. bis 13.10.17

Street Food...



	Menü I	Menü II	Menü III	Menü IV
<b>MO</b>	Vollkorn - Spaghetti mit Gemüse - bolognese, dazu geriebener Käse und Salat	Schweinegeschneitzertes an feiner Kräuterrahmsauce mit Teigwaren und Gemüseallerlei	Rostbratwurst mit Zwiebelsauce, dazu Schnittlauchkartoffeln und Salat	Cheeseburger mit Tomaten. Gurken und Eisbergsalat, dazu Steakhouse - Pommes und Salat € 6.50
Zusatzstoffe*	1, 2, 3, 19, 20abcd, 22, 31	19, 20a, 22, 31	5, 11, 18, 20a, 22	3, 8, 19, 20a, 23, 31
<b>DI</b>	Kartoffel - Gemüsegratin mit Käse überbacken auf leichter Kräutersauce, dazu Salat	Piccata vom Schwein mit Tomatensauce, dazu Spaghetti und Brokkoli	Hähnchengeschneitzertes in fruchtiger Currysauce im Reising, dazu Rohkostsalat	Äpler Makkaronen mit Speckwürfel, Kartoffeln und Käsesauce, dazu gebräunte Zwiebeln und Apfelmus € 5.00
Zusatzstoffe*	3, 18, 19, 20a, 22, 31	3, 19, 20a, 22, 31	3, 19, 22	3, 5, 11, 19, 20a, 31
<b>MI</b>	Falaffelbällchen mit Joghurdip dazu, Reis und Salat	Schweineschulterbraten an Altbiersauce mit Rosmarinkartoffeln und Mischgemüse	Gebratenes Seelachsfilet auf Zitronennudeln mit Salat	Thai - Nudelpfanne mit Hähnchen an feiner Currysauce, dazu Salat € 5.50
Zusatzstoffe*	19, 20a, 22, 31	A, 18, 20, 22	10, 19, 20a, 22, 31	3, 19, 20a, 21, 22, 27, 31
<b>DO</b>	Mediterraner Gemüse - Risotto auf Tomatensauce, dazu Salat	Geschmorte Kohlroulade in Rotweinsauce, dazu Kartoffelpüree und Bohnengemüse	Putenschinken - Rahmnudeln mit Tomatensugo, dazu geriebener Käse und Salat	Black Forest - Smokehouseburger mit Pulled Pork und Kraut, Dip im Bun serviert, dazu Pommes frites und Salat € 6.50
Zusatzstoffe*	3, 19, 20a, 22	3, 5, 18, 19, 22	19, 20a, 22, 31	10, 19, 20a, 31
<b>FR</b>	Apfelstrudel mit Vanillesauce und Kompott	Paniertes Schollenfilet mit Tartaren Sauce, dazu Kartoffelsalat und Blattsalat	Chicken wings mit BBQ - Sauce, dazu wilde Kartoffeln und Salat	Bunte Salatplatte mit Rauchlachsstreifen an Walnussdressing, dazu Vollkornbrot € 6.50
Zusatzstoffe*	3, 8, 19, 20a, 26, 30abcd, 31	1, 2, 3, 18, 19, 20a, 23, 27, 31	1, 2, 3, 19, 20a, 31	10, 19, 20a

\*Enthaltene Zusatzstoffe und Allergene können an unserer Speisenausgabe eingesehen werden.

Speisen nach Vorlage der DGE / JOB&FIT

Änderungen vorbehalten