ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

Speiseplan für Februar

der ASB-Küchen Ahrenshagen und Ribnitz-Damgarten
www.asb-warnow-trebeltal.de

Alle Gerichte inkl. Dessert/ Obst und Rohkostbuffet

Datum	Essen 1	Essen 2	Essen 3
01.02.19	Frikadelle (S,a1,c), Mischgemüse (a1,g), Salzkartoffeln	Spätzle-Gemüse-Pfanne (a1,c,i) (FL)	Krustenbraten vom Schwein mit Bratensauce (S,a1,i,o), Erbsen (g), Kartoffeln
04.02.19	Seelachsragout mit Gemüsestreifen (a1,d,g,i), Salzkartoffeln	Erbsen-Schinken-Sahne-Sauce (S,1,2,3,7,a1,g), Penne-Nudeln (a1)	Grünkohl mit Kasseler (S,2,3,i), Salzkartoffeln
05.02.19	Pürierte Karottensuppe (i,g) (mit Kartoffeln u. Zwiebeln), Bockwurst (S,2,3,i,o), Vollkornbrot (a1)	Chili con Carne (R,S) mit Baguette (a1)	Gebratenes Seelachsfilet (a1,c,d,o), Buttersenfsauce (a1,g,o), Petersilienkartoffeln
06.02.19	Frikassee vom Huhn (G,a1,g), Langkornreis	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch (R,i), Vollkornbrot (a1)	Schweineroulade mit Bratensauce (S,a1,i,o), Rosenkohl (g), Salzkartoffeln
07.02.19	Eierragout (mit Erbsen u. Möhren) (a1,c,g,o), Salzkartoffeln (FL)	Fisch mit Fenchel und Paprika (a1,d,g,i), Salzkartoffeln	Putenschnitzel "Hawaii" (G,a1,a3), Käse-Sahnesauce (a1,g), Salzkartoffeln
08.02.19	Hackbraten (S,a1,o), Blumenkohlgemüse (a1,g), Salzkartoffeln	Champignonragout (1,a1,g,i), Penne (a1) (FL)	Hering "Hausfrauen Art" (d,g), Petersilienkartoffeln
11.02.19	Kabeljau paniert gebraten (3,a1,g,d,o), Rahmspinat (a1,g), Salzkartoffeln	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch (S,R,a1,g), Vollkornbrot (a1)	Hähnchen "Cordon Bleu" (G,2,7,a1,g), Leipziger Allerlei (g), Bratkartoffeln (S,2,3)
12.02.19	Linsen-Tomaten-Gemüse, Spirelli (a1) (FL)	Schweineschnitzel (S,a1), Bohnengemüse (a1,g), Petersilienkartoffeln	Wildgulasch (a1), Salzkartoffeln
13.02.19	Hähnchenkeule (G), Bratensauce (a1,i), Apfelrotkohl (3), Salzkartoffeln	Milchnudeln (a1,g) mit Kirschen (FL)	Paniertes Kotelett (S,a1,c), Mischgemüse (a1,g), Salzkartoffeln
14.02.19	Hefeklöße (a1,g,c) mit Erdbeeren (FL)	Schweinegulasch (S,5,a1,o), Salzkartoffeln	Paprikarahmbraten (S,g,o), Bratensauce (a1,i,o), Blumenkohl (g), Kartoffeln
15.02.19	Kochklops (S,R,a1,c), Kaperntunke (a1,g), Salzkartoffeln	Kichererbsen-Brokkoli-Pfanne (g,i), Vollkornbrot (a1) (FL)	Grützwurst (S,2,a5,o), Sauerkraut (3), Salzkartoffeln
18.02.19	Putengeschnetzeltes (G,a1,g), Salzkartoffeln	Fischfrikadelle (3,a1,g,d), Dillsauce (a1,g), Salzkartoffeln	Hamburger Schnitzel (S,a1,c), Bratkartoffeln (S,2,3)
19.02.19	Spirelli (a1) mit Tomatensauce (a1) (FL)	Karotten-Sesamsticks (a1,i,k), Sahnesauce (a1,g), Kartoffelpüree (3,g) (FL)	Putensteak (G), Kräutersauce (a1,g), Mandel-Brokkoli (h,g), Spätzle (a1,c)
20.02.19	Bratwurst (S,3,7,i,o), Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln	Kartoffelcremesuppe (g,i) mit Schnippelwurst (R,S,2 3,7), Vollkornbrot (a1)	Wirsingroulade (S,g,c,o), Wirsingrahm (a1,g), Salzkartoffeln
21.02.19	Grüne Erbseneintopf (mit Karotten, Sellerie u. Kartoffeln) (i), Knacker (S,2,3,i,o),Mischbrot (a1,a2)	Paprikaschote (S,1,2,7,a1,c), Paprikasauce (a1,g,i), Salzkartoffeln	Gekochtes Schweinefleisch (S,i), Meerrettichsauce (a1,g,i,l), Salzkartoffeln
22.02.19	Fischnuggets aus Seelachs (a1,d), Kartoffel-Kürbispüree (3,g)	Gorgonzolasauce (a1,g), Penne-Nudeln (a1) (FL)	Pfefferspießbraten mit Bratensauce (S,2,3,a1,c,i,o), Schwarzwurzeln (g), Salzkartoffeln
25.02.19	Seelachs in Gemüsesauce (a1,d,g,i), Salzkartoffeln	Spinatknuspermedaillon (a1,a5,c,g,i), Béchamelsauce (a1,g), Salzkartoffeln (FL)	Sauerfleisch (S,2,4,i,o), Remoulade (1,2,3,4,5,a1,c,o), Bratkartoffeln (S,2,3)
26.02.19	Grießbrei (a1,g) mit Kirschen (FL)	Nudelsalat (a1,g), Wiener Würstchen (S,2,3)	Rinderbraten (R,o), Bratensauce (a1,i), Kaisergemüse (g), Salzkartoffeln o. Klöße (1, 3,c,l)
27.02.19	Hähnchenbrust gebraten (G), Bohnengemüse (a1,g), Salzkartoffeln	Pfannen-Gyros (S,o), Joghurtdip (g), Langkornreis	Hirtenrolle gefüllt mit Frischkäse (S,a1,c,g,f), Brokkoligemüse (a1,g), Salzkartoffeln
28.02.19	Gemüseburger (a1,g,c), Tomatensauce (a1), Spirelli (a1) (FL)	Köttbullar (R,a1,c,f,g), Pilzrahmsauce (a1,g,i), Salzkartoffeln	Hähnchenbruststreifen (G), Curry-Ananassauce (a1,g), Langkornreis
	.	.	.
	.	.	.
	.	.	.

FL = fleischlos	R = Rindfleisch	S = Schweinefleisch	G = Geflügel

Kenntlichmachung gem. der Zusatzstoff-Zulassungsverordnung: 1=mit Farbstoff 2=mit Konservierungsstoff 3=mit Antioxidationsmittel 4=mit Geschmacksverstärker 5=mit Süßungsmittel 6=Phenylalanin 7=mit Phosphat 8= gewachst 9=geschwärzt 10=geschwefelt

Deklarationspflichtige Allergene: a=Glutenhaltiges Getreide (a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel, a6=Kamut a7=Hybridstämme), b=Krebstiere, c=Eier, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g=Milch und Milchprodukte (einschl. Laktose), h=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamiannuss und Queenslandnuss), i=Sellerie, k=Sesamsamen, l=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr 10 mg/Kg oder 10 mg/l, m=Lupinen, n=Weichtiere, o=Senf