

Speiseplan für März

der ASB-Küchen Ribnitz-Damgarten und Ahrenshagen

Tel.: (03 82 08) 84 33-115

E-Mail: kundenzentrum@asb-warnow.de

Ferien	Tag	Menü 1	Menü 2
	01.03.19	Frikadelle (S,a1,c), Erbsengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Hirsebrei (g) mit gedämpften Äpfeln, Obst/Rohkost (FL)
	04.03.19	Milchkartoffeln mit Jagdwurst (S,2,3,7,g,i,o), Obst/Rohkost	Blumenkohl-Brätling (a1,c,g,i), Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost (FL)
	05.03.19	Ei (c) mit Rahmspinat (a1,g), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost (FL)	Bauernroulade (S,a1,c), Mais-Möhren-Paprika-Gemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost
	06.03.19	Vollkorn-Fischstäbchen aus Seelachs (a1,d), Süß-Saure- Sauce (a1,g), Kartoffelpüree (3,g), Obst/Rohkost	Putengeschnetzeltes (G,a1,g), Langkornreis, Obst/Rohkost
	07.03.19	Gemüsebolognese (a1,i), Spirelli (a1), Dessert (g)/Rohkost (FL)	Rostbratwürstchen (S,3), Apfel-Sauerkraut, Kartoffelpüree (3,g), Dessert (g)/Rohkost
	08.03.19	Putenbraten mit Bratensauce (G,a1,i,o), Blumenkohl (g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Champignonragout (1,a1,g,i), Spirelli (a1), Obst/Rohkost (FL)
	11.03.19	Seelachsragout mit Gemüsestreifen (a1,d,g,i), Langkornreis, Obst/Rohkost	Jägerschnitzel (S,2,7,a1), Mischgemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost
	12.03.19	Eierkuchen (a1,g,c) mit Apfelmus (3), Obst/Rohkost (FL)	Hackfleisch-Zucchini-Rahm-Sauce (R,S,a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost
	13.03.19	Hähnchenbrust gebraten (G), Brokkoligemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost	Asia Pfanne mit Mie-Nudeln (a1,f,i), Dessert (g)/Rohkost (FL)
	14.03.19	Spinat-Käse-Sauce (a1,g), Spirelli (a1), Dessert (g)/Rohkost (FL)	Kasselerbraten mit Bratensauce (S,2,3,a1,i,o), Kaisergemüse (g), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost
	15.03.19	Schweineschnitzel (S,a1), Bohnengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Ebly- (Weichweizen) Gemüsepfanne (a1), Obst/Rohkost (FL)
	18.03.19	Jagdwurstgulasch in Tomate (S,2,3,7,a1,i,o), Spirelli (a1), Obst/Rohkost	Rote Bete-Brätling (i), Kräutersauce (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost (FL)
	19.03.19	Gemüseintopf (i) (mit Brokkoli, Karotte u. Sellerie) mit Langkornreis, Mischbrot (a1,a2), Dessert (g)/Rohkost (FL)	Currywurst (S,2,3,7), hausgemachte Currysauce (1,3,a1,d,f), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost
	20.03.19	Seelachs in Curry-Sahnesauce (mit Sellerie, Karotten, Porree) (a1,g,i,d), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Nasi Goreng mit Geflügelfleisch (G,a1,f), Obst/Rohkost
	21.03.19	Ei (c) mit Senfsauce (a1,g,o), Petersilienkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost (FL)	Schweinegeschnetzeltes "Gyros" Art (S,a1,g), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost
	22.03.19	Schweinebraten mit Bratensauce (S,a1,i,o), Erbsen (g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Kürbissauce, Spirelli (a1), Obst/Rohkost (FL)
	25.03.19	Seelachs in Gemüsesauce (a1,d,g,i), Langkornreis, Obst/Rohkost	Chicken Nuggets (G,a1,i), Kohlrabi-Möhrengemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost
	26.03.19	Milchreis (g) mit Erdbeeren, Obst/Rohkost (FL)	Geb. Leberkäse (S,2,3,7), Bayrischkraut (g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost
	27.03.19	Hackbraten (S,a1,o), Brokkoligemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Hühnereintopf mit Nudeln (G,i,a1), Vollkornbrot (a1), Obst/Rohkost
	28.03.19	Rotes Linsensüppchen (i), Weizenvollkornbrot (a1), Dessert (g)/Rohkost (FL)	Kohlroulade (S,g,c,o), Specksauce mit Kohl (S,2,a1), Salzkartoffeln, Dessert (g)/Rohkost
	29.03.19	Hähnchenbrust gebraten (G), Mischgemüse (a1,g), Salzkartoffeln, Obst/Rohkost	Thunfischsauce (d,g,i), Penne (a1), Obst/Rohkost
		.	.
		.	.

FL= fleischlos

R= Rindfleisch

S= Schweinefleisch

G= Geflügel

Kenntlichmachung gemäß 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, wir verwenden jodiertes Speisesalz

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, Macadamianuss und Queenslandnuss), i=Sellerie, k=Sesam, l=Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr 10 mg/Kg oder 10 mg/l, m=Lupinen, n=Weichtiere, o=Senf