

Menü	Montag 12.08.2019	Dienstag 13.08.2019	Mittwoch 14.08.2019	Donnerstag 15.08.2019	Freitag 16.08.2019
<b>1</b> 6,40€	<b>Ein paniertes Schnitzel</b> (vom Schwein) mit Bratensoße, dazu Würfelpaprikawurst A,E,G,G1 • Brennwert: 2035 kJ, 486 kcal	<b>Chili con Carne</b> mit Mais, Kidneybohnen, Paprika und Zwiebeln, dazu Langkornreis G,G1,M • Brennwert: 3199 kJ, 764 kcal	<b>Rahmgeschnetzeltes vom Schwein</b> mit schwäbischen Eierspätzle E,G,G1,M • Brennwert: 2721kJ, 651 kcal	<b>Saftige Schinken-Nudeln<sup>2,4,8</sup></b> (vom Hinterschinken), dazu eine Käse-Gemüsesoße A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3023 kJ, 722kcal	<b>Ein Geflügelhacksteak</b> in Rahmsoße, dazu Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1796 kJ, 429 kcal
<b>2</b> 6,40 €	<b>Aufgrund von Sanierungsarbeiten der Küche entfällt vorübergehend das Menü 2!!</b>				
<b>3</b> 6,65 €	<b>Hähnchenfiletstücke „Toskana“</b> in fruchtiger Tomatensoße, dazu Zucchini-Gemüse und Eierteigwaren A,E,G,G1 • Brennwert: 2215 kJ, 529 kcal	<b>Puten-Cordon bleu<sup>1,2,3,4</sup></b> gefüllt mit Putenschinken und Käse, dazu Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2294 kJ, 547 kcal	<b>Rindersauerbraten</b> mit grünen Bohnen und 2 Kartoffelknödel  A,B,E,G,G1,I • Brennwert: 3040 kJ, 726 kcal	<b>Hühnerfrikassee in Weißweinsauce</b> mit Bio-Erbisen DE-ÖKO-006 und Langkornreis A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 3102 kJ, 741 kcal	<b>Seelachsfilet</b> in Senfsoße, dazu Dill-Kartoffeln  B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 2098 kJ, 501 kcal
<b>4</b> vegetarisch 6,65 €	<b>Blumenkohl-Käse-Medaillon</b> mit Rahmkartoffeln  G,G1,M • Brennwert: 2684 kJ, 641 kcal	<b>Schupfnudelpfanne</b> mit bunten Gemüsestreifen, dazu Kräuter-Käsesoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2474 kJ, 591 kcal	<b>Vegetarisches Linsengemüse</b> mit Karotten, Lauch und Sellerie, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1 • Brennwert: 3040 kJ, 726 kcal	<b>Möhren-Zucchini-Pasta</b> mit vegetarischer Sojabolognese, dazu Reibekäse A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2709 kJ, 647 kcal	<b>Eine Portion Rührer</b> mit Rahmspinat, dazu Risoleekartoffeln aus der Region E,G,G1,M • Brennwert: 2433 kJ, 581 kcal
<b>6</b> Kaltmenü 6,40 €	<b>Hausgemachter Lyoner-Wurstsalat</b> mit Essiggurken <sup>3,4,8,9</sup> garniert, dazu 2 Scheiben Brot  A,B,G,G1,G2 • Brennwert: 3609 kJ, 862 kcal	<b>Ochsenmaulsalat<sup>2,4,9</sup></b> mit Essiggurken und Zwiebeln verfeinert, dazu Brot und Butter  B,G,G1,G2,M • Brennwert: 2759 kJ, 659 kcal	<b>3 Schinkenröllchen<sup>2,4,8</sup></b> gefüllt mit Spargel, mit drei Sorten Salat und Sauerrahmdip, dazu ein Brötchen  A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2583 kJ, 617 kcal	<b>Schwarzwälder Schäuferle<sup>2,4,8</sup></b> mit hausgemachtem Kartoffelsalat, mit Essiggurke <sup>9</sup> garniert, dazu Portionssenf und eine Scheibe Brot  A,B,E,G,G1,G2 • Brennwert: 2378 kJ, 568 kcal	<b>Heringssalat</b> „Klabautermann“ <sup>9</sup> in leichtem Joghurt-Dressing, mit Rote Bete und Äpfeln, dazu ein Baguettebrötchen B,E,F,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3910 kJ, 934 kcal
	<b>Samstag 17.08.2019</b>	<b>Sonntag 18.08.2019</b>	Alle Menüs enthalten Salat und Dessert, an Sonn- und Feiertagen nur Dessert.		
<b>1</b> 6,40€	<b>Rindfleischstreifen „Stroganoff“<sup>9</sup></b> mit schwäbischen Eierknöpfle A,B,E,G,G1 • Brennwert: 1683 kJ, 402 kcal	<b>Eine Schweineroulade<sup>2,4,9</sup></b> dazu Balkangemüse und Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2692 kJ, 643 kcal	<h2>Guten Appetit wünscht Ihre Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl -Tuniberg e.V</h2>		
<b>4</b> vegetarisch 6,65 €	<b>Allgäuer Käseknöpfle</b> dazu Röstzwiebelsoße  E,G,G1,M • Brennwert: 3165J, 756 kcal	<b>Deftiger Gemüsegulasch</b> mit frischem Gemüse, dazu Sahnepüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1415 kJ, 338 kcal			

Menü	Montag 19.08.2019	Dienstag 20.08.2019	Mittwoch 21.08.2019	Donnerstag 22.08.2019	Freitag 23.08.2019
<b>1</b> 6,40€	<b>Schweinebraten „Jäger Art“</b> in Pilzrahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle  E,G,G1,M • Brennwert: 2755 kJ, 658 kcal	<b>4 Stück Maultaschen</b> (mit Rindfleisch gefüllt) im Wurzelgemüsesud, dazu hausgemachter Kartoffelsalat und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2 • Brennwert: 2747 kJ, 656 kcal	<b>Zarter Putengulasch</b> in Paprikasoße, dazu Spiralnudeln  A,E,G,G1 • Brennwert: 2269 kJ, 542 kcal	<b>Rindergeschnetzeltes</b> in Thymiansoße, dazu Langkornreis  A,B,E,G,G1 • Brennwert: 1160 kJ, 277 kcal	<b>„Holzfällertopf“</b> Schweinefleisch-Ragout mit Zwiebeln, rustikalem Gemüse und Pilzen, dazu würzige Kräuterkartoffeln A,E,G,G1 • Brennwert: 2567 kJ, 631 kcal
<b>2</b> 6,40 €	<b>Aufgrund von Sanierungsarbeiten der Küche entfällt vorübergehend das Menü 2!!</b>				
<b>3</b> 6,65 €	<b>Putenstreifen „Indische Art“<sup>1</sup></b> in Früchte-Curry-Soße, dazu weißer Reis  A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2751 kJ, 657 kcal	<b>Kassler Rücken<sup>2,4</sup></b> auf frischem Sommergemüse (Paprika, Möhren und Lauch), dazu hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1382 kJ, 330 kcal	<b>Ein Hacksteak</b> in Bratensoße, dazu mediterranes Gemüse und Rosmarin-Kartoffeln  A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 1918 kJ, 458 kcal	<b>Hähnchenpfanne „Mediterran“</b> in Tomatensoße, dazu Mini-Rigatoni  E,G,G1 • Brennwert: 2340 kJ, 559 kcal	<b>Ein Fischfilet „Pomodori“</b> in mediterraner Tomaten- Kräutersoße, dazu feine Bandnudeln  F,G,G1,M • Brennwert: 2843 kJ, 679 kcal
<b>4</b> vegetarisch 6,65 €	<b>Eine Gemüsefrikadelle</b> in Röstgemüsesoße, dazu schwäbische Eierspätzle  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2654 kJ, 634 kcal	<b>4 Stück Gemüsemaultaschen</b> im Wurzelgemüsesud, dazu hausgemachter Kartoffelsalat und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 2642 kJ, 631 kcal	<b>Frisches Ratatouillegemüse</b> in Tomatensoße, dazu Rosmarin-Kartoffeln  G,G1 • Brennwert: 1089 kJ, 260 kcal	<b>Vegetarisches Sojageschnetzeltes</b> mit Paprika- und Zucchiniestreifen in Rahmsoße, dazu Langkornreis E,G,G1,J,M • Brennwert: 2240 kJ, 535 kcal	<b>Rigatoni „Napoli“</b> mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Streukäse  G,G1,M • Brennwert: 2500 kJ, 597 kcal
<b>6</b> Kaltmenü 6,40 €	<b>Bauernvesper<sup>2,3,4,9</sup></b> Blut- und Leberwurst und Vesperpeck, mit Essiggurke garniert, dazu Senf, Brot und Butter  A,B,G,G1,G2,M • Brennwert: 3517 kJ, 840 kcal	<b>Ein paniertes Schnitzel</b> vom Schwein, mit 3 Sorten Salat und Zitronenscheibe garniert, dazu eine Scheibe Brot  A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 2537 kJ, 606 kcal	<b>Hausgemachtes „Bircher Müsli“</b> mit frischen Äpfeln, gerösteten Mandeln, Honig und Joghurt verfeinert, dazu frischen Obstsalat G,G3,G4,H;H1,H2,M • Brennwert: 2751 kJ, 896 kcal	<b>Eiersalat</b> in Vinaigrette-Soße mit Paprika, Zwiebeln, Gurke <sup>9</sup> und Schnittlauch, dazu Brot und Butter  B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 2788 kJ, 666 kcal	<b>Ein Makrelenfilet<sup>2,4,9</sup></b> geräuchert, mit Waldorfsalat und Sahnemeerrettich, dazu ein Mini-Baguette  A,B,E,F,G,G1,G2,G3,H,H3,I,M • Brennwert: 3333 kJ, 796 kcal
	<b>Samstag 24.08.2019</b>	<b>Sonntag 25.08.2019</b>	Alle Menüs enthalten Salat und Dessert, an Sonn- und Feiertagen nur Dessert.		
<b>1</b> 6,40€	<b>Ein Hähnchenschnitzel</b> natur gebraten, in Rahmsoße, dazu feine Erbsen und Eierteigwaren A,E,G,G1,M • Brennwert: 2546 kJ, 608 kcal	<b>Zartes Lammgulasch</b> mit buntem Bohnengemüse, dazu Sahnepüree  A,E,G,G1,M • Brennwert: 1884 kJ, 450 kcal	<h1>Guten Appetit wünscht Ihre Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl -Tuniberg e.V</h1>		
<b>4</b> vegetarisch 6,65 €	<b>Hausgemachter Kartoffel-Gemüse-Auflauf</b> dazu gibt es eine Rucolasoße  A,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2273 kJ, 543 kcal	<b>Veggie-Gulasch „Mediterran“</b> in provençalischer Soße mit buntem Bohnengemüse, dazu Kartoffelpüree E,G,G1,M • Brennwert: 1600 kJ, 382 kcal			

<sup>1</sup>= mit Farbstoff, <sup>2</sup> = mit Konservierungsstoff, <sup>3</sup> = mit Geschmacksverstärker, <sup>4</sup> = mit Antioxidationsmittel, <sup>5</sup> = geschwefelt, <sup>6</sup> = geschwärzt, <sup>7</sup> = gewachst, <sup>8</sup> = mit Phosphat, <sup>9</sup> = mit Süßungsmittel, <sup>10</sup> = enthält eine Phenylalanin-Quelle, <sup>11</sup> = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken **B= Zutat aus kontrolliertem Bio-Anbau nach EG-ÖKO Verordnung. ÖKO Kontrollstelle DE-ÖKO-006** A = Sellerie, B = Senf, C = Sesam, D = Erdnüsse, E = Eier, F = Fisch, G = Gluten, G1 = Weizen\*, G2 = Roggen\*, G3 = Gerste\*, G4 = Hafer\*, H = Schalenfrüchte, H1= Mandeln\*, H2 = Haselnüsse\*, H3 = Walnüsse\*, H4 = Kaschunüsse\*, H5 = Pecannüsse\*, H6 = Paranüsse\*, H7 = Pistazien\*, H8 = Macadamianüsse\*, I = Schwefeldioxid + Sulfite, J = Soja, K = Krebstiere, L = Lupine, M = Milch, Laktose, N = Weichtiere  
\*Enthaltene Allergene können über unsere Bestellhotline erfragt werden. Nährwerte: K = Kohlenhydrate, E = Eiweiß, F = Fett.  
Abgepackte Desserts siehe Verpackung; ° und daraus gewonnene Erzeugnisse · Regelmäßige neutrale Hygienekontrollen durch das BAV-Institut Offenburg. Unsere Frischmenüs sind zum sofortigem Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.