

Menü	Montag 23.09.2019	Dienstag 24.09.2019	Mittwoch 25.09.2019	Donnerstag 26.09.2019	Freitag 27.09.2019
1 6,40€	Rahmgeschnetzeltes vom Schwein, dazu schwäbische Spätzle E,G,G1,M • Brennwert: 2724 kJ, 651 kcal	Geflügelsteak „natur“ mit feinem Bio-Karottengemüse DE-ÖKO-006, dazu Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1610 kJ, 385 kcal	Hausgemachte Kalbfleischbällchen in Zwiebelsoße, dazu Gemüsereis A,E,G,G1 • Brennwert: 2936 kJ, 677 kcal	Eine gebratene Geflügelkeule in Champignonsoße, dazu Teigwaren A,E,G,G1,M • Brennwert: 3457 kJ, 826 kcal	Schweinerückensteak „Western Art“, mit Zwiebeln, Mais, Paprika, Speck ^{2,4} , Kidneybohnen, dazu Kartoffel-Kräuterpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1927 kJ, 460 kcal
2 6,40 €	Ein „Wiesenhendl“ ein halbes Brathähnchen mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu eine Scheibe Roggenmischbrot A,B,G,G1,G2 • Brennwert: 3113 kJ, 767 kcal	Ein Paar Rostbratwürste mit Blaukraut und Salzkartoffeln A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2709 kJ, 647 kcal	Eine Mini-Schweinschaxn⁴ in deftiger Schwarzbiersoße, dazu Bayrisch Kraut und 2 Semmelnknödel A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2541 kJ, 607 kcal	„Reiberdatschi“ (Kartoffelreibekuchen) dazu Rahmschwammerl (Pilze) mit Gemüse und Speck ^{2,4,8} E,G,G1,M • Brennwert: 2474 kJ, 591 kcal	Bayrisches Biergulasch (vom Ochsen) mit Zwiebeln, dazu Spatzen (Eierspätzle) B,E,G,G1 • Brennwert: 2303 kJ, 550 kcal
3 6,65 €	Ein Geflügelsteak „Hawaii“ in fruchtiger Curry-Ananas-Soße, dazu Langkornreis A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 3738 kJ, 893 kcal	Rindfleisch „Asia“ Rindfleischstreifen mit Gemüse in süß-saurer Soße, dazu feine Bandnudeln A,B,E,G,G1,J • Brennwert: 2708 kJ, 650 kcal	„Unser Klassiker“ Badisches Ochsenfleisch in Meerrettichsoße, dazu Bouillonkartoffeln A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2423 kJ, 579 kcal	Ein paniertes Seelachsfilet mit Risoleekartoffeln, dazu hausgemachte Remouladensoße ⁹ B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 4048 kJ, 967 kcal	Sylter Fischpfanne verschiedene Sorten Seefisch, Krabben und Gemüse in Weißweinssoße, dazu gibt es Kräuterreis A,B,E,F,G,G1,I,K,M • Brennwert: 3277 kJ, 783 kcal
4 vegetarisch 6,65 €	Vegetarische Köttbullar in Soße, dazu Zuckererbsen und Kartoffel-Karottenpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2034 kJ, 486 kcal	Chili sin Carne con Bulgur mit Hartweizen, Mais, Paprika, Kidneybohnen und Tomaten, als Beilage gibt es ein Fladenbrot C,G,G1,G3,G4 • Brennwert: 3045 kJ, 727 kcal	Eine Gemüsefrikadelle mit Kohlrabigemüse a la creme, dazu Kräuter-Penne E,G,G1,M • Brennwert: 2453 kJ, 586 kcal	2 Vollkornpannkuchen mit buntem Pilz-Gemüseragout in Kräuter-Sahnesoße E,G,G1,M • Brennwert: 2781 kJ, 664 kcal	Farfalle „tricolore“ (Bunte Schleifen-Pasta) mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Reibekäse E,G,G1,M • Brennwert: 2613 kJ, 624 kcal
6 Kaltmenü 6,40 €	Hausgemachtes „Bircher Müsli“ mit frischen Äpfeln, gerösteten Mandeln, Honig und Joghurt verfeinert, dazu frischen Obstsalat G,G3,G4,H;H1,H2,M • Brennwert: 3753 kJ, 896 kcal	Pikanter Frischkäse mit Paprika verfeinert und mit Zwiebeln ausgarniert, dazu 2 Scheiben Brot B,G,G1,G2,M • Brennwert: 3026 kJ, 723 kcal	Hähnchen-Nuggets paniert mit einer Rohkostsalat-Mischung und Currydip, dazu ein Brötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3431 kJ, 820 kcal	Gemischte Schinkenplatte^{2,4,8} mit Melonenscheiben garniert, dazu 2 Scheiben Brot und Butter A,B,E,G,G1,G2 • Brennwert: 2046 kJ, 489 kcal	Thunfischsalat^{4,9} in Essig-Olivenöl-Dressing, mit Mais, Tomaten und Erbsen, dazu ein Mini-Baguette B,E,F,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2804 kJ, 670 kcal
	Samstag 28.09.2019	Sonntag 29.09.2019	Alle Menüs enthalten Salat und Dessert, an Sonn- und Feiertagen nur Dessert.		
1 6,40€	Kalbsfrikassee in Schnittlauchsoße, dazu Risoleekartoffeln A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 1938 kJ, 463 kcal	Rindergeschnetzeltes in Rotweinssoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1,I • Brennwert: 2289 kJ, 547 kcal	<h2>Guten Appetit wünscht Ihre Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl -Tuniberg e.V</h2>		
4 vegetarisch 6,65 €	Badische Apfelküche mit Zimtucker bestreut, dazu Vanillesoße E,G,G1,M • Brennwert: 2461 kJ, 588 kcal	Vegetarische Hackbällchen in Rahmssoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 3684 kJ, 880 kcal			

Menü	Montag 30.09.2019	Dienstag 01.10.2019	Mittwoch 02.10.2019	Donnerstag 03.10.2019	Freitag 04.10.2019
1 6,40€	Geflügel-Paprika-Topf herzhafter Gulasch von der Pute mit Paprika und Zwiebeln, dazu Langkornreis A,E,G,G1,M • Brennwert: 2586 kJ, 618 kcal	Frisch gebackener Fleischkäse ^{2,4} mit grünen Bohnen, dazu Kartoffel-Karottenpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2169 kJ, 546 kcal	3 Eierpfannkuchen mit herzhafter Fleisch-Gemüesoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2252 kJ, 538 kcal	Eine Kassler Roulade ^{2,4,8} vom regionalen Metzger, gefüllt mit Senf und Zwiebeln, dazu Wirsinggemüse und Kartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2631 kJ, 629 kcal	Pfefferkrustenbraten vom Schwein mit Leipziger Allerlei und Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3041 kJ, 726 kcal
2 6,40 €	Ein Cordon bleu vom Schwein ^{1,2,4} mit Bratensoße, dazu Zahners Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2172 kJ, 519 kcal	Eine süße Dampfnudel mit heißem Pflaumenkompott und Vanillesoße E,G,G1,M • Brennwert: 1307 kJ, 312 kcal	Ein Schweinerückensteak in Bratensoße, dazu Zucchini Gemüse und Risoleekartoffeln A,E,G,G1 • Brennwert: 1512 kJ, 361 kcal		Eine hausgemachte Geflügelfrikadelle , in Geflügelrahmsoße, dazu Gabelspaghetti A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2293 kJ, 548 kcal
3 6,65 €	Kalbsrahmbraten in Champignonrahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2644 kJ, 631 kcal	Putengeschnetzeltes in Paprikasoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1 • Brennwert: 2414 kJ, 577 kcal	Ein Hähnchenbrustfilet in Orangensoße, dazu Brokkoliröschen und Mandelreis A,E,G,G1,H,H1 • Brennwert: 2538 kJ, 606 kcal	Tag der deutschen Einheit !!!	Fischroulade „Gärtnerin Art“ in Weißweinssoße, dazu Schnittlauchkartoffeln A,F,G,G1,I,M • Brennwert: 1955 kJ, 467 kcal
4 vegetarisch 6,65 €	Spätzle-Gemüsepfanne mit frischem Gemüse, Pilzen und feinen Kräutern, dazu vegetarische Rahmsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1908 kJ, 446 kcal	Eine Frühlingsrolle mit Gemüse gefüllt, dazu Sojasoße und Reis A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2605 kJ, 622 kcal	4 Stück vegetarische Maultaschen im Wurzelgemüsesud, dazu hausgemachter Kartoffelsalat und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 2515 kJ, 601 kcal	Spaghetti „Veggie-Bolognese“ mit Soja-Gemüesoße, dazu Reibekäse A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2541 kJ, 607 kcal	Ravioli „Formaggio“ mit Käse gefüllt und Kräutern mariniert, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,M • Brennwert: 3154 kJ, 753 kcal
6 Kaltmenü 6,40 €	Mild geräucherte Putenbrust ^{2,4} mit einer Rohkostsalatmischung, Meerrettich und einem Bio-Vollkornbrötchen DE-ÖKO-006 A,B,E,G,G1,G2,I,M • Brennwert: 1940 kJ, 463 kcal	Hausgemachter Fleischsalat ^{3,4,8,9} mit Essiggurke und Ei garniert, dazu 2 Scheiben Brot A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 4060 kJ, 967 kcal	Frischgemüse-Käse-Wrap Knackige Gemüse- und Käsestreifen mit Radieschen, Rucola und Frischkäse-Kräutercreme im Teigfladen A,B,G,G1,G3,G4,J,M • Brennwert: 2268 kJ, 542 kcal		Ein geräuchertes Makrelenfilet mit Waldorfsalat und Preiselbeersahne, dazu ein Baguettebrötchen A,B,E,F,G,G1,G2,G3,H,H1,H3,M • Brennwert: 3353 kJ, 801 kcal
	Samstag 05.10.2019	Sonntag 06.10.2019	Alle Menüs enthalten Salat und Dessert, an Sonn- und Feiertagen nur Dessert.		
1 6,40€	Eine Kohlroulade (mit Hackfleisch gefüllt) in Zwiebel-Specksoße ^{2,4} , dazu Salzkartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2466 kJ, 589 kcal	Lammgulasch „Provencale“ mit mediterranen Kräutern und Tomaten, dazu Bohnengemüse und Sahnepüree A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 1805 kJ, 431 kcal	<h1>Guten Appetit wünscht Ihre Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl -Tuniberg e.V</h1>		
4 vegetarisch 6,65 €	2 Emmentaler Käsesteaks aus herzhaftem Emmentaler und Mozzarellakäse, dazu Röstgemüesoße und Kartoffeln G,G1,M • Brennwert: 3069 kJ, 733 kcal	Vegetarischer Gulasch „Provencale“ mit Tomaten und franz. Kräutern, dazu grüne Bohnen und Sahnepüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1673 kJ, 400 kcal			

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Geschmacksverstärker, 4 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmittel, 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11 = 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.