

Kundennummer:

Name:

Tour:

Menüplan - Juli 2022

Änderungen zum Speiseplan unter Tel.: 0381/24279720, FAX: 0381/242799700, E-Mail: ear@drk-rostock.de:

- Veränderungen für Montag bis Freitag immer 1 Tag im Voraus bis max. 14.00 Uhr

- Veränderungen für Sa./So. und Feiertage immer 1 Arbeitstag davor bis max. 13.00 Uhr

An Wochenenden und Feiertagen ist das Büro nicht besetzt, Änderungen können nicht bearbeitet werden.

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 leichte Vollkost	Nachtsch
Fr. 01.07.	Pilzgulasch ^(S,a1,g,i,j) mit Kartoffelklößen	Hefeklöße ^(V,a1) mit Fruchtsoße	Frühlingsrolle ^(a1,c,f) mit würziger Gemüsefüllung, Teriyakisoße ^(a1,f) und Reis	Topfkuchen ^(a,d)
Sa. 02.07.	geräucherter Schweinenacken ^(S,2,3) mit süß-sauer Linsen ^(S,2,i) und Kartoffeln	* * *	Gemüse Eintopf ⁽ⁱ⁾ mit Geflügelklösschen ^(S,c) und Kartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)
So. 03.07.	Kohlroulade ^(S,a1) mit Salzkartoffeln	* * *	Rollbraten in Rahmsoße ^(a1,g) Gemüse und Kartoffeln	Schokopudding mit Soße ^(g)
Mo. 04.07.	Bratheringsfilet ^(a1,d,j,8) süß-sauer, mit Zwiebelsalat und Röstkartoffeln ^(S,2,3)	Linsencurry mit Reis und Koriander	Hähnchenbrust mit pikanten Früchten ^(a1) und Reis	Ochsenaugen ^(a1,a3,c,f,g)
Di. 05.07.	Schweineschnitzel ^(S,a1,f) mit Erbsen, Möhren und Kartoffeln	Spargel mit Buttersoße ^(a1,g) und Kartoffeln ⁽²⁾	gebratenes Fischfilet ^(a1,c) mit Schnittlauchrahmsoße ^(a1,g) , Kartoffeln und Salat ^(g,i,j)	Joghurt ^(g)
Mi. 06.07.	Weißer Bohnensuppe ^(i,2,3) mit 1 Knacker ^(S,2,3)	süßer Quarkauflauf ^(a1,c,g) mit Früchten und Vanillesoße	Rostbraten ^(S) mit Pilzrahmsoße ^(a1,g,i) , Gemüse und Kartoffeln	Quarkspeise ^(g)
Do. 07.07.	Grillhaxe ^(S) mit Sauerkraut ^(S,2,3) und Kartoffeln	bunte Salatmischung ^(g,i,j) mit Kochschinken ^(S,2,3) und Ananas	Kochklops ^(S,a1,c) mit Kapernsoße ^(a1,g,i) , Kartoffeln und Rote Bete ⁽⁸⁾	Fruchtjoghurt ^(g)
Fr. 08.07.	Heringsfilet ^(a1,d) gebraten, mit Süß-sauer Soße ^(a1) , Kartoffeln und Salat ^(g,i,j)	gefüllte Kartoffelkäsetasche ^(g) mit Blattspinat	Paprikahuhn ^(a1,g) mit Nudeln ^(a1) und Salat ^(g,i,j)	Gebäck ^(a,g)
Sa. 09.07.	Hähnchengulasch ungarisch ^(a1,i,j) mit Kartoffeln	* * *	Brüheis ^(g,i,j) mit Geflügel und Gemüse ⁽ⁱ⁾	Joghurt ^(g)
So. 10.07.	Boulette ^(S,a1,c) in Zwiebelsoße ^(a1,g) , Gemüse und Kartoffeln	* * *	gefüllte Roulade ^(S,2,3) "Jäger Art" ^(a1,i) mit Gemüse und Kartoffeln	Erdbeerpudding mit Sahne ^(g)
Mo. 11.07.	Bratwurst ^(S,i) mit Porreegemüse ^(a1,g) und Kartoffeln	Germknödel ^(a1,f,g,h1) , zweifarbig mit Schokoladenfüllung und Vanillesoße ^(g)	Fleischkäse ^(S,2,i,j) mit Rahmsoße ^(a,g) , Blumenkohl und Kartoffeln	Milchmixgetränk ^(g)
Di. 12.07.	Matjesfilet ^(d) "Hausfrauen Art" ^(c,g,i,j) mit Bratkartoffeln ^(S,2,3) und Lauchsalat	Gnocchi ^(a1,c) mit Blattspinat und Käsesoße ^(V,a1)	Hähnchenbruststreifen ^(a1,g) mit Pilzen, Kartoffeln und Salat ^(g,i,j)	Joghurtdessert ^(g)
Mi. 13.07.	Eintopf von grünen Bohnen ^(S,i,2,3) mit Rauchfleisch ^(S,2,3) und Kartoffeln	"Florentiner Mix" ^(V) mit Fetakäse ^(g) garniert, Dressing ^(g,i,j)	2 Setzeier ^(c) mit Kräutersoße ^(a1,g) , Erbsen, Möhren und Kartoffeln	Quarkdessert ^(g)
Do. 14.07.	Schmorkohl ^(a) mit Hack ^(S) und Kartoffeln	gefüllte Käseknudeln ^(a1,g,i) in Basilikum - Tomatensoße ^(a1,i)	Seelachsfilet "Müllerin" ^(a1,d) Letscho ^(s,2,a1,g) und Kartoffeln	Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Fr. 15.07.	Hähnchenleber mit Apfelwürfeln in Rotweinsauce ^(a1) dazu Eierspätzle	Milchnudeln ^(a1,f,g) mit Rosinen und Apfelkompott	Putenfleisch süß-sauer ⁽ⁱ⁾ mit Ananas und Curryreis	Kaffeekranz ^(a,g)

Tag	Essen 1 Vollkost	Essen 2 Vegetarisch/Süß	Essen 3 leichte Vollkost	Nachtsch
Sa. 16.07.	Balkanröllchen ^(S) mit Paprikarahm ^(a1,g) , Kartoffeln, Bohnensalat ⁽⁸⁾	* * *	Möhren- Kohlrabieintopf(i) mit Eierstich ^(c,g) und Kartoffeln	Joghurtdessert ^(g)
So. 17.07.	Kasslerhähnchen ^(a1,g,2,3) mit Gemüse und Kartoffeln	* * *	Geflügelhackbraten ^(a1,c,i) mit Gemüse und Kartoffeln	Pudding Waldmeister mit Vanillesoße ^(g)
Mo. 18.07.	Hacksteak ^(S,a1,c) mit Speckbohnen ^(S,2,a1,g) und Kartoffeln	Gemüsebolognese ^(a1,i) mit Gabelspaghetti	Fischwürfel ^(d) mit Leipziger Allerlei Dillsauce ^(a1,g,i) und Kartoffeln	Marmorkuchen ^(a,d)
Di. 19.07.	Szegediner Goulasch ^(S,a1,i) mit Kartoffeln	Kartoffelauf ^(c,g) mit Gemüse und Käsesoße ^(a1,g)	Curryhuhn ^(a1,i) mit Curry-Gemüse-Soße und Kräuterreis ⁽ⁱ⁾	Joghurt ^(g)
Mi. 20.07.	Weiß- und Wirsingkohl-Eintopf ⁽ⁱ⁾ mit Kasslerwürfeln ^(S,2,3) und Kartoffeln	Salatmischung "Athen" mit Kräuter-Ricotta ^(V,g)	Schmorgurken ⁽ⁱ⁾ mit magerem Hackfleisch ^(S) und Kartoffeln	Quarkspeise ^(g)
Do. 21.07.	Bratrippe ^(S) mit Senfrahmsauce ^(a1,g,i,j) Bayrisch Kraut ^(S,2,3) und Kartoffeln	bunte Salatmischung ^(g,i,j) mit Kochschinken ^(S,2,3) und Spargel	Rahmgoulasch ^(a1,j) mit Kartoffelklößen ^(l) und Gewürzgurke ⁽⁸⁾	Milchmixgetränk ^(g)
Fr. 22.07.	gepökelter Schweinenacken ^(S,2) mit Zwiebelsoße ^(a1,g,i) Gemüse und Kartoffeln	Hefeklöße ^(a1) mit Pflaumensoße ^(V)	2 gekochte Eier ^(c) mit süß-saurer Soße ^(a1) Kartoffelpüree ^(g) und Salat	Gebäck ^(a1,g)
Sa. 23.07.	Hackfleisch ^(S) in Porreesauce ^(a1,g) mit Kartoffeln	* * *	Brühnudeln ^(a1,i) mit Gemüse ⁽ⁱ⁾ und Fleischeinlage ^(S)	Joghurt ^(g)
So. 24.07.	Hähnchenschnitzel ^(a1,c,g) mit buntem Gemüse ^(a1,g,i) und Kartoffeln	* * *	Truthahnrollbraten ^(a1,g,i) mit Gemüse und Kartoffeln	Milchreis ^(g) mit Früchten
Mo. 25.07.	Kohlroulade ^(S,a1) mit Salzkartoffeln	Spargel & Brokkoli ^(V) in "Holländischer Soße" ^(a1,c,g,i) mit Kartoffeln	Hühnerfrikassee ^(a1,g,i) mit Erbsen und Kräuterreis	Fruchtsaftgetränk
Di. 26.07.	Schnitzel "Cordon bleu" ^(S,a1,g,1,2,3) buntes Gemüse und Kartoffeln	Salatmischung "Riga" mit Hähnchenbrust und Dressing ^(g,i,j)	Rahmgeschnetzeltes ^(a1,g) mit Champignons und Gurken ^(2,8) und Kartoffelrösti	Fruchtjoghurt ^(g)
Mi. 27.07.	Linseneintopf ^(S,2,3,i) mit Wiener Würstchen ^(S,2,3) und Kartoffeln	gefüllte Eierkuchen ^(a1,c,g) mit Vanillesoße	Fischfilet ^(a1,c,d) überbacken Kräutersauce ^(a1,g) und Kartoffeln	Quarkdessert ^(g)
Do. 28.07.	Matjessalat ^(d) Schwedische Art ^(i,j) und Bratkartoffeln ^(S,2,3)	Salatmix "Rostocker Art" mit Käse ^(g) , Schinken ^(S,2,3) und Dressing ^(g,i,j)	Spaghetti ^(a1) "Bolognese" ^(S,a1,i)	Fruchtsaftgetränk
Fr. 29.07.	Pilzgoulasch ^(S,a1,g,i,j) mit Kartoffelklößen	Grießsuppe ^(a1,g) mit Früchten	Seelachsfilet ^(d) mit Gemüsestreifen ^(a1,g,i) , Kartoffeln und Salat ^(g,i,j)	Butterkeks ^(a1,g)
Sa. 30.07.	Kasslersteak ^(S,5) mit Kohlrabigemüse ^(a,f,g) und Kartoffeln	* * *	Kartoffel-Möhren-Lauch-Eintopf ^(i,j) mit Kasslerwürfeln ^(S,2) und Graupen ^(a3)	Fruchtjoghurt ^(g)
So. 31.07.	Kirmesbraten ^(S,a1,g,i) mit Wachsbohnen und Kartoffeln	* * *	Geflügelbratwurst mit Möhrengemüse ^(a) und Kartoffeln	rote Grütze mit Sahne ^(1,g)

Zusatzstoffe: 1=Farbstoff, 2=konserviert, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=gewachst, 7=geschwärzt, 8=Süßstoff, a=glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, a5=Dinkel, b=Krebstiere, c=Ei, d=Fisch, e=Erdnüsse, f=Soja, g= Milch h=Schalenfrüchte, h1=Mandeln, h2=Nüsse, h7=Pistazien, i=Sellerie, j=Senf, k=Sesam, l=Sulfite m=Lupinen/-erzeugnisse, n=Weichtiere/-erzeugnisse S=Schweinefleisch/-erzeugnisse

Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow und Krummendorf) gelten gesonderte Preise. Diese erhalten Sie auf Anfrage. Alle Preise inkl. gesetzl. MwSt.

Bestellformular Juli 2022-Rückgabe bitte bis 10. Juni 22

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.

DRK Kreisverband Rostock e. V., Trelleborger Straße 11, 18107 Rostock

Vorname, Name
Straße, Hausnummer
PLZ, Ort

Kundennummer:
Tour:

Essen 1 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Essen 2 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Essen 3 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Nachtisch <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Tag
				Fr. 01.07.
	***			Sa. 02.07.
	***			So. 03.07.
				Mo. 04.07.
				Di. 05.07.
				Mi. 06.07.
				Do. 07.07.
				Fr. 08.07.
	***			Sa. 09.07.
	***			So. 10.07.
				Mo. 11.07.
				Di. 12.07.
				Mi. 13.07.
				Do. 14.07.
				Fr. 15.07.

Kundennummer:

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.

Essen 1 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Essen 2 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Essen 3 <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Nachtisch <i>Bitte die Anzahl, nicht das Menü</i>	Tag
	***			Sa. 16.07.
	***			So. 17.07.
				Mo. 18.07.
				Di. 19.07.
				Mi. 20.07.
				Do. 21.07.
				Fr. 22.07.
	***			Sa. 23.07.
	***			So. 24.07.
				Mo. 25.07.
				Di. 26.07.
				Mi. 27.07.
				Do. 28.07.
				Fr. 29.07.
	***			Sa. 30.07.
	***			So. 31.07.

Postanschrift: DRK Kreisverband Rostock e.V. -Bürgerservice-, Trelleborger Str.11, 18107 Rostock

E-Mail: ear@drk-rostock.de

FAX: 0381/242799700

Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.