

Name Straße Telefon

Vorname PLZ/Ort Email

(Tage, an denen nichts geliefert werden soll, bitte streichen.)

Woche	Menü nach Speiseplan				Kleiner Rohkost-Salat 1,75€	à la carte	Kuchenangebote 2,35€		
03	Tages-Menü	Diabetiker	Mini-Menü	Gourmet		Artikelnr.	Butter	Apfel	Kirsch
Mo 12.01.					Möhre				
Di 13.01.					Kraut-Dill				
Mi 14.01.					Gurke				
Do 15.01.					Rote Bete				
Fr 16.01.					Lauch				
Sa 17.01.					Möhre				
So 18.01.					Kraut-Dill				

Datum Unterschrift

✂-----

Speiseplan 03. Woche 2026

Rohkostsalate (Möhre-Mandarine, Kraut-Dill, Rote Bete, Gurke, Lauch-Sellerie)

(Änderungen vorbehalten)

• = Zuckerarm, max. 35 g Fett



Tag	Tagesmenü (€ 11,90)	Diabetikermenü (€ 11,90)	Minimenü (€ 11,30)	Gourmetmenü (€ 13,60)
Mo 12.01. 2026	4768 – Zwei Geflügel-frikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln (•3,3 BE, 40g KH)	4002 – Hackbällchen vom Schwein und Rind in Preiselbeer-Sahne-Soße mit Nudeln (•4,5 BE, 54g KH)	4553 – Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel (•3,6 BE, 43g KH)	4273 – Schlemmer-geschnitztes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln (•2,8 BE, 33g KH)
Di 13.01. 2026	4606 – Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein (•4,2 BE, 50g KH)	4599 – Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln (•4,0 BE, 48g KH)	4099 – Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, grünen Bohnen und Kartoffelklößen (•3,6 BE, 43g KH)	4202 – Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salz-Kartoffeln (•3,5 BE, 42g KH)
Mi 14.01. 2026	4415 – Gebratene Fisch-frikadelle, dazu Rahmspinat und Frühlingspüree (•4,0 BE, 48g KH)	4024 – Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln (•5,3 BE, 64g KH)	4227 – Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle (•3,8 BE, 46g KH)	4751 – Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln (•3,1 BE, 37g KH)
Do 15.01. 2026	4558 – Herzhafte Käsespätzle mit Röstzwiebelgarnitur (•6,8 BE, 81g KH)	4210 – Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln (•3,6 BE, 43g KH)	4040 – Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln (•2,7 BE, 32g KH)	4347 – Kalbshacksteak in cremiger Weißwein-Soße, dazu Wirsinggemüse und Spätzle (•4,3 BE, 52g KH)
Fr 16.01. 2026	4076 – Grillschnecke vom Schwein in dunkler Soße mit Speck, dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln (2,8 BE, 34g KH)	4543 – Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung, dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale (•4,9 BE, 59g KH)	4790 – Geflügelfrikadelle in Bratensoße mit Wirsing-Gemüse und Kartoffelpüree (•2,3 BE, 27g KH)	4455 – Lachsfilet in feiner Buttersoße mit Brokkoli und einer Reis-Wildreis-Kombination (•3,6 BE, 43g KH)
Sa 17.01. 2026	4584 – Spaghetti Bolognese mit herzhafter Hackfleischsoße vom Rind und Schwein (•5,8 BE, 70g KH)	4609 – Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit Wurzelgemüse und geschnittener Mettwurst vom Schwein (•3,3 BE, 40g KH)	4430 – Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree (•3,7 BE, 44g KH)	4144 – Deftiges Eisbeinfleisch auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (•3,2 BE, 38g KH)
So 18.01. 2026	4117 – Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen (•3,4 BE, 41g KH)	4472 – Panierter Alaska-Seelachs in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel (•4,1 BE, 49g KH)	4744 – Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis (•2,9 BE, 35g KH)	4255 – Sauerbraten „Fränkische Art“ in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpfelspätzle (•4,6 BE, 55g KH)

Informationen zu Allergenen und Inhaltsstoffen erhalten Sie unter 0214/85542 400 oder www.apetito.de/artikelinfo