

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€		
30	Tages-Menü	Diabetiker	Mini-Menü	Gourmet			Artikelnr.	Butter	Apfel	Kirsch
Mo 21.07.					Möhre					
Di 22.07.					Kraut-Dill					
Mi 23.07.					Gurke					
Do 24.07.					Rote Bete					
Fr 25.07.					Lauch					
Sa 26.07.					Möhre					
So 27.07.					Kraut-Dill					

Datum Unterschrift

✂-----

Speiseplan 30. Woche 2025



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 21.07. 2025	4030 – Chili con Carne (mild abgeschmeckt) vom Rind mit Langkornreis (•6,1 BE, 73g KH)	4095 – Hackbällchen (Rind + Schwein) in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln (•2,8 BE, 33g KH)	4553 – Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel (•3,6 BE, 43g KH)	4273 – Schlemmer-geschnetztes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln (•2,8 BE, 33g KH)
Di 22.07. 2025	4630 – Gyrossuppe mit Schweinegeschnetztem (•2,5 BE, 30g KH)	4599 – Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln (•4,0 BE, 48g KH)	4227 – Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle (•3,8 BE, 46g KH)	4202 – Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln (•3,5 BE, 42g KH)
Mi 23.07. 2025	4474 – Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln (•3,1 BE, 37g KH)	4045 – Rinderfrikadelle „Griechische Art“ mit Tomaten-Paprika-Reis und Grillgemüse in fruchtiger Soße (•4,9 BE, 59g KH)	4099 – Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, grünen Bohnen und Kartoffelklößen (•3,6 BE, 43g KH)	4778 – Hähnchencurry „Indische Art“ in milder Currysoße, dazu Gemüserais (•4,4 BE, 53g KH)
Do 24.07. 2025	4571 – Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsoße (•8,3 BE, 99g 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)	4145 – Schweinegulasch „Jäger Art“, dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle (•3,9 BE, 47g KH)
Fr 25.07. 2025	4189 – Schweineschnitzel in Rahmsoße mit Erbsen und Möhren, dazu Spätzle (•4,8 BE, 57g KH)	4594 – Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree (•3,3 BE, 38g KH)	4790 – Geflügelfrikadelle in Bratensoße mit Wirsing-Gemüse und Kartoffelpüree (•2,3 BE, 27g KH)	4432 – Kap-Seehecht in feiner Honig-Senf-Soße mit Frühlingsgemüse und Kartoffel-Senf-Stampf (•3,1 BE, 37g KH)
Sa 26.07. 2025	4508 – Kleine Gemüserösti mit Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und einem cremigen Dip (•5,1 BE, 61g KH)	4612 – Gemüse Eintopf nach „Gärtnerin Art“ mit frittierten Mettbällchen vom Schwein (•2,9 BE, 35g KH)	4430 – Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree (•3,7 BE, 44g KH)	4144 – Deftiges Eisbeinflisch auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (•3,2 BE, 38g KH)
So 27.07. 2025	4117 – Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen (•3,4 BE, 41g KH)	4425 – Panierter Alaska-Seelachs mit Erbsen und Möhren in Buttersoße, dazu Frühlingspüree (•4,2 BE, 50g 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 Knöpflespätzle (•4,6 BE, 55g KH)

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