



31. KW	Menü 1 gelb	Menü 2 rot	Diabetiker- Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 violett	Menü 6 blau	Menü 7 Dessert
	normal 5,85 € Seniorenmenü Mo-Fr 5,60 €	normal 6,35 € Seniorenmenü Mo-Fr 6,05 €	6,65 € (solange Vorrat reicht)	5,60 € Eintopf	6,10 € Kaltmenü/Salatmenü	6,60 € Herzhaft & Beliebt	5,55 € Süßmenü/Vegetarisch	2,25 €
MO 01.08.	Tomatensoße mit Geflügelfleischklößchen, Schlingli-Nudeln, Kirschkompott 802 kcal / 3358 kJ; 9,b1,e	Balkanschnitzel (Schweine- schnitzel, Paprika, Champignons, Zwiebeln), Kartoffelbrei (hausg.), Farmersalat 945 kcal / 3957 kJ; a,b1,e,l,m	Rinderroulade „Hausfrauenart“ in herzhafter Bratensoße, Apfelrotkohl und Salzkartoffeln 407 kcal/1704 kJ; b1,l,m 3,9 BE	Deftiger Bohneneintopf mit Hackfleisch, Kirschkompott 667 kcal / 2793 kJ; 9,a,b1,m	Bratheringsfilet mit Zwiebelringen (MSC), Kartoffelsalat 560 kcal / 2345 kJ; 2,b1,b2,c,e,i,l,m	Spargel-Broccoli-Gratin (Broccoli, Möhren, Kartoffeln, Spargel grün und weiß) mit Käse überbacken 507 kcal / 2123 kJ; a,e ✓	Kaiserschmarrn mit Vanillesoße 805 kcal / 3371 kJ; a,b1,e ✓	Quarkspise „Erdbeere“ a
DI 02.08.	2 gekochte Eier , Senfsoße, Salzkartoffeln, Rotkraut-Apfel-Salat (hausg.) 439 kcal / 1838 kJ; 3,5,a,e,h,l ✓	Marinierter Hering , Salzkartoffeln, Fruchtsaftgetränk 702 kcal / 2939 kJ; 2,4,9,a,c,e,l	Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art“ in Champignon- soße, Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln 428 kcal/1792 kJ; a,b1,m 3,6 BE	Anhaltinische Kartoffelsuppe mit Kasselerfleisch, Fruchtsaftgetränk 110 kcal / 461 kJ; 2,3,6,m	Salat „Pulled Turkey“ (fein mariniertes Putenfleisch auf Eisbergsalat, Gurke, Mais, Paprika, rote Zwiebeln) mit Honig-Senf-Dressing 515 kcal / 2156 kJ; a,e,l	Hähnchenschnitte „Diana“ paniert, mit Broccoli und Käse gefüllt, Salzkartoffeln 471 kcal / 1972 kJ; a,b1,b3,e,l,m	Vegetarische Spätzle-Pilzpfanne , Gorgonzola-Soße 545 kcal / 2282 kJ; a,b1,e ✓	Stachelbeeren mit Vanillesoße a
MI 03.08.	Hähnchenschnitzel „Wiener Art“ auf Blumenkohl mit holländischer Soße, Kartoffelbrei (hausg.) 573 kcal / 2399 kJ; a,b1,b3,e,l	Mutzbratenpfanne , Salzkartoffeln, Sauerkraut 490 kcal / 2052 kJ; b1,l,m	Zwei Rinderfrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse dazu würzige Kartoffelscheiben 610 kcal/2554 kJ; a,b1,e,m 4,9 BE	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Schweinefleisch, Froop 398 kcal / 1666 kJ; a,b1	Gemüse-Käsecocktail (Käse, Erbsen, Tomate, Spargel, Schnittlauch) mit Baguette und Butter 799 kcal / 3345 kJ; a,b1,b2,b3,e,l ✓	Goldmakrelenfilet auf Julienne Gemüse, Petersilienkartoffeln 411 kcal / 1721 kJ; a,b1,c	Vegetarische Bolognese (Soja) mit Tomaten-Kräutersoße, Kartoffelbrei (hausg.) 414 kcal / 1733 kJ; a,b1,i ✓	Mascarponecreme Birne-Quitte a
DO 04.08.	Szegediner Gulasch , Semmelnknödel, Bohnen-Gurken-Salat (hausg.) 515 kcal / 2156 kJ; b1,e,i,l	Kasselerbraten , Soße, Salzkartoffeln, Kohlrabi-Möhrengemüse 396 kcal / 1658 kJ; 2,3,6,a,b1,b3	Putengeschnetzeltes in Rahmsauce mit Broccoli und Möhren dazu Hausmacher-Spätzle 587 kcal/2458 kJ; a,b1,e,l,m 4,7 BE	Bunte Erbsensuppe , Apfelmus 264 kcal / 1105 kJ; 3,a ✓	Tunfischsalat (Tunfisch, Paprika, Mais, Zwiebel, Salat, Gurke, Petersilie) mit Baguette und Butter 839 kcal / 3513 kJ; a,b1,b2,b3,c	Kräuterhähnchenkeule in Champignonsoße, Klöße, Bohnen-Gurken-Salat (hausg.) 601 kcal / 2516 kJ; 2,3,a,b1,h,l	Möhrengemüsesuppe , 3 Kartoffelpuffer , Zucker, Apfelmus 439 kcal / 1838 kJ; 3,a,b1,e ✓	Grießpudding mit Beerensoße a,b1
FR 05.08.	Geflügel-Jägerschnitzel , Tomaten-Fruchtsoße, Korkenziehernudeln, Dessert 888 kcal / 3718 kJ; 2,6,a,b1,e	Rinder-Sahnegeschnetzeltes mit Champignons, Knöpfe, Dessert 732 kcal / 3065 kJ; 0,3,a,b1,e	Reibekuchen mit Apfelmus 544 kcal/2278 kJ; b1,e ✓ 6,1 BE	Rindfleischsuppe mit Kartoffeln und Garten- gemüse, Dessert 375 kcal / 1570 kJ; 0,a,m	Salat Lollo Bianco mit Schnittzelstreifen (Lollo, Paprika, Kohlrabi, Radieschen, Petersilie), French-Dressing, Baguette 601 kcal / 2516 kJ; a,b1,b2,b3,e,l	Bauernfrühstück (mit Kartoffeln, Ei, Schinkenspeck, Zwiebeln, Gewürzgurken) 660 kcal / 2763 kJ; 2,9,e,l	Grüne Gemüsepfanne mit Spargel und Soße Hollandaise, Reis 526 kcal / 2202 kJ; 2,a,b1,b3,e,l ✓	Naturjogurt mit Apfelmus 3,a
SA 06.08.	Linseneintopf , Bockwurst, Pflaumenkompott 801 kcal / 3354 kJ; 2,3,4,6,b1,m	Gönnataler Putenroster „Thüringer Art“, Soße, Kartoffelbrei (hausg.), Bayrisch Kraut 492 kcal / 2060 kJ; 8,a,b1,m	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüseinlage und Salzkartoffeln 402 kcal/1683 kJ; a,b1,c,m 3,8 BE		Unsere „Backfee“ hat Urlaub! Deshalb liefern wir am Freitag, dem 5. August 2022 keinen Kuchen aus. Vielen Dank für Ihr Verständnis! Das WaKoS-Team			Erdbeeren mit Joghurt a
SO 07.08.	Hühnerfrikassee , Reis, Stracciatellaquark 860 kcal / 3601 kJ; 1,2,a,b1,c,i,m	Wildschwein-Sauerbraten mit Rotwein, Klöße, Rotkohl mit Preiselbeeren 340 kcal / 1424 kJ; 2,3,10,a,b1,h,m	Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse und Spätzle 419 kcal/1754 kJ; a,b1,e,l,m 4,2 BE					Bayrisch Creme mit Schokosoße a

32. KW	Menü 1 gelb	Menü 2 rot	Diabetiker- Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 violett	Menü 6 blau	Menü 7 Dessert
	normal 5,85 € Seniorenmenü Mo-Fr 5,60 €	normal 6,35 € kleines Menü Mo-Fr 6,05 €	6,65 € (solange Vorrat reicht)	5,60 € Eintopf	6,10 € Kaltmenü/Salatmenü	6,60 € Herzhaft & Beliebt	5,55 € Süßmenü / Vegetarisch	2,25 €
MO 08.08.	Puten-Gemüse-Pfanne , Reis, Bunter Rohkostsalat 695 kcal / 2910 kJ; 3,a,b1	Würziges Rostbrätel in Zwiebelsoße, Kartoffelbrei (hausg.), Bunter Rohkostsalat 664 kcal / 2780 kJ; 3,a,b1	Kalbhacksteak in cremiger Weißweinsauce dazu Wirsinggemüse und Spätzle 4347 577 kcal/2416 kJ; a,b1,e,m 4,3 BE	Gemüsesuppe mit Kartoffeln und Fleischklößchen, Jogurt 327 kcal / 1369 kJ; a,b1,e,m	Kasselerbraten , Bunter Kartoffelsalat, Gemüsebeilage 376 kcal / 1574 kJ; 2,3,6,a,b1,e,i	Blumenkohl- Hackfleischauflauf mit Schafskäse 920 kcal / 3852 kJ; 2,a,b1,b3,e,i	Gemüse-Curry (Paprika, Zwiebeln, Tomaten, Blumenkohl, Mais, Bohnen), Salzkartoffeln 309 kcal / 1294 kJ; 3,a,i ✓ a	Vanillepudding mit Preiselbeeren
DI 09.08.	Grillwurst auf Kohlrabirahmgemüse mit Petersilie, Kräuterkartoffelpüree (hausg.) 767 kcal / 3211 kJ; 2,3,4,6,a,b1	Hausmacher Sülze , Remouladensauce, Bratkartoffeln, Dessert 909 kcal / 3806 kJ; 2,3,9,a,e,i	Cremiges Chamignonragout ✓ mit Spätzle 4587 538 kcal/2252 kJ; a,b1,e,m 5,9 BE	Grüner Bohneneintopf mit Rindfleisch, Dessert 320 kcal / 1340 kJ; 0,a,b1	Bunter Gemüsesalat mit Tunfisch-Frenchdressing (Eisbergsalat, Erbsen, Mais, Möhren, Ei), Baguette 693 kcal / 2901 kJ; b1,b2,b3,c,e,i	Chicken-Haxen , Soße, Salzkartoffeln, Pariser Karotten 550 kcal / 2303 kJ; a,b1,i ✓ 1,3,a	3 Schoko-Hefeklöße mit Beerencocktail 176 kcal / 737 kJ; a,b1,e ✓	Quarkspeise mit Fruchtmus
MI 10.08.	Bauernroulade , Soße, Salzkartoffeln, Gemüse "Leipziger Allerlei" 517 kcal / 2165 kJ; a,b1	Seelachs „Müllerin“ (MSC) , Dill-Senfsoße, Bunter Gemüsereis, Salat „Padua“ 789 kcal / 3303 kJ; 3,5,a,b1,c,h,i	Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße 4761 524 kcal/2194 kJ; a,b1,m 4,4 BE	Kartoffel-Zwiebel-Suppe mit Röstzwiebeln, Brötchen 477 kcal / 1997 kJ; a,b1,b3,m	Geflügelsalat (mit Pfirsich, Ananas, Kopfsalat), Baguette 644 kcal/2696 kJ; 1,2,3,9,a,b1,b2,b3,c,e,i,l,m	Große Rinderroulade , Soße, Klöße, Apfelrotkohl 344 kcal / 1440 kJ; 0,2,3,6,b1,h,i,m	Gemüse-Knuspertüte , Soße Hollandaise, Kartoffelbrei (hausg.) 515 kcal / 2156 kJ; 1,2,a,b1,b3,c,e,i,l,m ✓ a	Heidelbeerjoghurt mit Heidelbeeren
DO 11.08.	Rührei , Spinat, Salzkartoffeln 476 kcal / 1993 kJ; a,b1,b3,e,l,m	Gefüllte Paprikaschote , Soße, Salzkartoffeln, Frisches Obst 379 kcal / 1587 kJ; b1,i,m	Gegrilltes Haxenfleisch in Kümmelsoße dazu Schmorkohl und Speckklöße 4172 536 kcal/2244 kJ; a,b1,b3,e,m 3,8 BE	Tomaten-Nudel-Eintopf , Frisches Obst 396 kcal / 1658 kJ; b1,e	Gemüse-Gouda-Knuspertüte , Fruchtiger Schneekli-Nudelsalat, Gemüsebeilage 384 kcal / 1608 kJ; 3,a,b1,e,i	Mandelforelle (mit gerösteten Mandelsplittern), Nussbutter, Meerrettichkartoffelbrei (hausg.), Tomatensalat (hausg.) 784 kcal / 3282 kJ; 3,5,a,c,h,j7 ✓ a	Feine Pilzpfanne mit Semmelknödel 448 kcal / 1876 kJ; a,b1,e ✓	Vanille-Mousse a
FR 12.08.	Hackbällchen (hausg.), Soße, Salzkartoffeln, Bohnengemüse 631 kcal / 2642 kJ; a,b1,b3,e,i	Hähnchenbrustfilet (Picatta) in Parmesan-Kruste auf gelben Karottenscheiben, Kartoffelbrei (hausg.) 680 kcal / 2847 kJ; a,b1	Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsauce mit Rahmspinat und Salzkartoffeln 4474 376 kcal/1574 kJ; a,c,l,m 2,8 BE	Kohlrabieintopf mit Schweinefleisch, Aprikosenkompott 313 kcal / 1311 kJ; b1	Salat „Mozarella“ (Eisbergsalat, Tomate, Zwiebel, Mozzarella), Balsamico-Dressing, Baguette 302 kcal / 1264 kJ; b1,b2,b3 ✓	Gefüllte Zucchini mit Gemüse und Hackfleisch, Tomatensoße „Toscana“, Basmatireis 589 kcal / 2466 kJ; a,b1 ✓	Buttergrießbrei , Zucker,Zimt, Aprikosenkompott 771 kcal / 3228 kJ; a,b1 ✓	Waldfrucht- pudding mit Krokant a, j1 ✓
SA 13.08.	Schwarzwurzeleintopf mit Fleischklößchen, Kirschjoghurt 286 kcal / 1197 kJ; a,b1,e,m	Gönnataler Putenroulade , Soße, Salzkartoffeln, Viererleigemüse 497 kcal / 2081 kJ; a,b1	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße und Langkornreis 4016 540 kcal/2261 kJ; b1,e,m 6,5 BE		Unsere „Bäckfee“ hat Urlaub! Deshalb liefern wir am Freitag, dem 12. August 2022 keinen Kuchen aus. Vielen Dank für Ihr Verständnis! Das WaKoS-Team			Creme „Aprikose“ 1,3,a
SO 14.08.	Buntbarschfilet (MSC), Sauce Hollandaise, Kartoffelbrei (hausg.), Broccoli 433 kcal / 1813 kJ; 3,5,a,b1,b3,c,e,h,l,m	Schweinelachsbraten mit Sahne-Pilzsoße, Petersilienkartoffeln, Romanesco-Gemüsemix 497 kcal / 2081 kJ; a,b1,b3,i	Rindersaftgulasch in herzhafter Soße mit Spätzle 4249 442 kcal/1851 kJ; b1,e 4,5 BE					Edelpudding Pfirsich-Melba a