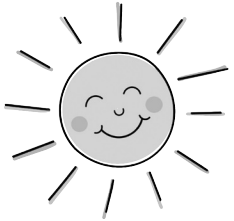
13. KW	Menü 1 gelb	Menü 2 rot	Diabetiker-Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 blau	Menü 6 Dessert
	normal 6,50 € | Seniorenmenü Mo-Fr 6,25 €	7,00 € Herzhaft & Beliebt	7,50 € (solange Vorrat reicht)	6,25 € Eintopf	6,75 € Kaltmenü/Salatmenü	6,30 € Süßmenü/Vegetarisch	2,30 €
MO 25.03.	**Spirelli, Hähnchenbruststreifen** in Tomaten-Sahnesoße *737 kcal / 3086 kJ; a,b1,e,g,i,j1*	**Hausmacher Wildsülze** Remouladensoße, Bratkartoffeln *346 kcal / 1449 kJ; 2,9,a,e,g,i,j1,l*	4001 **Fleischklößchen** vom Rind und Schwein in Champignonsoße dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln *454 kcal / 1901 kJ; a,b1,e,g,i,j1*	**Reiseintopf** mit Petersilie *325 kcal / 1361 kJ; a,b1,g,i,j1,m*	**Seelachsfilet in Kartoffelpanade** (MSC) Remouladensoße, Kartoffelsalat mit Essig und Öl, Gemüsebeilage *734 kcal / 3073 kJ; 2,3,9,a,b1,c,e,g,i,j1,k,l*	**Champignonragout** Semmelknödel *456 kcal / 1909 kJ; a,b1,e,g,i,j1*	**Pfirsichkompott mit Vanillesoße** *3,a*
DI 26.03.	**Hähnchenschnitzel „Wiener Art“** auf Gemüse „Leipziger Allerlei“, Salzkartoffeln *590 kcal / 2470 kJ; a,b1,e*	**Rinderzunge in Rotweinsoße,** Petersilienkartoffeln, Rosenkohlgemüse *370 kcal / 1549 kJ; 0,10,a,b1*	4543 **Herzhafter Pfannkuchen** mit Gemüsefüllung, Erbsen und kleine Kartoffeln *444 kcal / 1859 kJ; a,b1,e*	**Anhaltinische Kartoffelsuppe** mit Kasselerfleisch, Fruchtcocktail *239 kcal / 1001 kJ; 2,3,6,m*	**Chefsalat** (Eisbergsalat, Möhre, Tomate, Ei, Gurke, Schinken, Käse), American-Dressing *580 kcal / 2428 kJ; 2,3,a,e,l,m*	**Milchreis** mit heißen Kirschen *633 kcal / 2650 kJ; a,b3*	**Jogurt-Quark-speise mit Himbeeren** *a*
MI 27.03.	**Grillwurst** in pikanter Tomatensoße, Makkaroni, Möhrensalat (hausg.) *831 kcal / 3479 kJ; 2,3,4,6,b1,e*	**Kaninchenleber gebraten** Zwiebelsoße, Kartoffelbrei (hausg.), Möhrensalat (hausg.) *616 kcal / 2579 kJ; 2,a,b1*	4407 **Seelachsfilet** in Kräutermarinade dazu rustikales Gemüse, Salzkartoffeln *411 kcal / 1721 kJ; c*	**Nudeleintopf** mit Fleischklößchen, Dessert *491 kcal / 2056 kJ; a,b1,e*	**Bunter Salat** (Lollo, Rettich, Radieschen, Gurke, Tomate, Ei) Jogurt-Dressing, Baguette *518 kcal / 2169 kJ; a,b1,b2,b3,e,l*	**Gemüse-Knusperbagel,** Broccolisoße, Salzkartoffeln, Möhrensalat (hausg.) *601 kcal / 2516 kJ; 2,a,b1,m*	**Karamellpudding mit Krokant** *a*
DO 28.03.	**Paniertes Fischfilet** (MSC), Kräuter-Senfsoße, Kartoffelbrei (hausg.), Blumenkohlsalat (hausg.) *667 kcal / 2793 kJ; 3,5,a,b1,c,h,l*	**Mutzbratenpfanne,** Salzkartoffeln, Sauerkraut *529 kcal / 2215 kJ; b1,l,m*	4565 **Rührei** mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln *507 kcal / 2123 kJ; a,e*	**Linseneintopf** mit Wiener Würstchen, Frisches Obst *598 kcal / 2504 kJ; 2,3,4,6,b1,l,m*	**Gönnataler Bauernsülze,** Remouladensoße, Bunter Kartoffelsalat, Gemüsebeilage *474 kcal / 1985 kJ; 2,9,a,b1,e,l*	**Spanisches Omelett** (Kartoffelscheiben, Ei, Paprika, Erbsen, Zwiebel) *649 kcal / 2717 kJ; a,e*	**Quarkdessert Pfirsich-Maracuja** *a*
FR 29.03.	***KARFREITAG***	**Spiegelei,** Spinat, Salzkartoffeln *453 kcal / 1897 kJ; a,b1,e,m*	4747 **Panierte Hähnchenhappen** dazu Erbsen und Möhren in Soße Hollandaise und Kartoffelpüree *599 kcal / 2508 kJ; a,b1,m*	***Sondermenü*** *am Karfreitag, 29. März*	***Heilbuttfilet*** *auf Spargel mit buntem Gemüse und Sauce Hollandaise, Petersilienkartoffeln, Beerenjogurt* *a,b1,b3,e,l*	*je* ***9,95*** *Euro zzgl. Transport*	**Rote Grütze mit Vanillesoße** *a*
SA 30.03.	**Nudeleintopf** mit Hühnerfleisch, Aprikosenkompott *379 kcal / 1587 kJ; b1,e,m*	**Kalbsrollbraten** Soße, Klöße, Pariser Karotten *334 kcal / 1398 kJ; 2,3,10,a,b1,b3,h*	4417 **Filetstücke vom Kabeljau** (MSC) in Tomatensoße dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse *455 kcal / 1905 kJ; a,c*	***Bestellung bis Montag, 12.00 Uhr!***	***– Donnerstag, 28. März –*** *hausgebackener Kuchen von der „Backfee” aus Mückern* *„Mini-Kuchenplatte”* *3 verschiedene Stück* *je* ***4,85*** *€* *„Kleine Kuchenplatte”* *6 verschiedene Stück* *je* ***8,90*** *€*	*„Große Kuchenplatte”* *22 Stück (8 verschiedene Sorten)* *je* ***28,50*** *€*	**Spiegelei-Dessert (Quark mit Aprikose)** *a*
SO 31.03.	***OSTERSONNTAG***	**Wildschweinbraten,** Soße, Klöße, Waldpilze *382 kcal / 1599 kJ; 1,2,3,10,a,b1,b3,c,h,i,m*	4263 **Zarter Gulasch** vom Rind in Champignonsoße, Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße 383 kcal / 1604 kJ; 0,a,e,m	***Sondermenü*** *am Ostersonntag, 31. März*	***Entenbrustfilet,*** *Soße, Klöße, Rotkohl mit Preiselbeeren, Ananas-Quark-Dessert* *2,3,a,b1,b3,h,m*	*je* ***9,95*** *Euro zzgl. Transport*	**Schokopudding mit Beerencocktail** *a*

Ostergruß zu allen Menüs (außer Menü 6)

Warme Kost und Service GmbH & Co. KG • Telefon (0365) 43781-11 • Telefax (0365) 43781- 32 • e-mail: verkauf@wakos-gera.de

14. KW	Menü 1 gelb	Menü 2 rot	Diabetiker-Menü	Menü 3 grün	Menü 4 hellblau	Menü 5 blau	Menü 6 Dessert
	normal 6,50 € | Seniorenmenü Mo-Fr 6,25 €	7,00 € Herzhaft & Beliebt	7,50 € (solange Vorrat reicht)	6,25 € Eintopf	6,75 € Kaltmenü/Salatmenü	6,30 € Süßmenü / Vegetarisch	2,30 €
MO 01.04.	***OSTERMONTAG***	**Kaninchenkeule** Soße, Klöße, Apfelrotkohl *485 kcal / 2031 kJ; 2,3,b1,b3,h,m*	4425 **Panierter Alaska-Seelachs** (MSC) mit Erbsen und Möhren in Buttersoße dazu Frühlingspüree *642 kcal / 2688 kJ; a,b1,c,m*	***Sondermenü*** *am Ostermontag, 01. April*	***Keule vom Jungschaf*** *(ohne Knochen)* *Soße, Klöße, Speckbohnen, Osterpudding* *2,3,a,b1,b3,h*	*je* ***9,95*** *Euro zzgl. Transport*	**Quarkcreme Vanille mit bunten Streuseln** *a*
DI 02.04.	**Korkenziehernudeln,** Putenjagdwurst in Tomatinosoße, Pudding *794 kcal / 3324 kJ; 2,3,a,b1,e,l*	**Balkanschnitzel** (Schweineschnitzel, Paprika, Champignons, Zwiebeln), Kartoffelbrei (hausg.), Farmersalat *945 kcal / 3957 kJ; a,b1,e,l,m*	4501 **Cremiger Milchreis** mit fruchtigen Mandarinenstücken *347 kcal / 1453 kJ; a*	**Grüner Bohneneintopf** mit Schweinefleisch, Pudding *406 kcal / 1700 kJ; a,b1*	**Feine Matjesvariation** (Aalrauch & Kräutermatjes) Mischbrot, Butter, Gemüsebeilage *750 kcal / 3140 kJ; a,b1,b2,c*	**Walnussrosenkohl,** Kartoffelbrei (hausg.), Farmersalat *775 kcal / 3245 kJ; a,b1,e,j2,l,m*	**Stachelbeeren mit Vanillesoße** *a*
MI 03.04.	**Kochklops** (hausg.), Petersiliensoße, Salzkartoffeln, Bohnen-Gurken-Salat (hausg.) *659 kcal / 2759 kJ; b1,b3,e,l*	**Paprikakeule,** Soße, Semmelknödel, Bohnen-Gurken-Salat (hausg.) *683 kcal / 2860 kJ; b1,b2,c,i,l,m*	4585 **Gemüse-Kartoffel-Auflauf** (Broccoli, Möhren und Kartoffeln) mit Käse überbacken *426 kcal / 1784 kJ; a,b1,e,m*	**Kohlrabieintopf** mit Schweinefleisch, Apfelmus *319 kcal / 1336 kJ; 3,b1*	**Salat „Pulled Turkey“** (fein mariniertes Putenfleisch, Eisberg, Gurke, Mais, Paprika, rote Zwiebeln), Honig-Senf Dressing *515 kcal / 2156 kJ; a,e,l*	Möhrencremesuppe, **3 Kartoffelpuffer,** Zucker, Apfelmus *439 kcal / 1838 kJ; 3,a,b1,e*	**Jogurt mit Schokomüsli** *a,b1,b3,b4*
DO 04.04.	**Gedünstetes Fischfilet natur** (MSC), Dillsoße, Kartoffelbrei (hausg.), Rotkrautsalat (hausg.) *499 kcal / 2089 kJ; a,c,m*	**Kartoffelauflauf „Bolognese“,** mit Creme Fraiche und Käse überbacken *880 kcal / 3685 kJ; a,b1,b3,e,l*	4086 **Zwei saftige Kohlrouladen** vom Schwein in Bratensoße dazu Stampfkartoffeln mit Petersilie *519 kcal / 2173 kJ; a,b1,m*	**Porree-Eintopf** mit Rindfleisch, Frisches Obst *237 kcal / 992 kJ; 0,b1*	**Salat „Mozarella“** (Eisbergsalat, Tomate, Frühlingszwiebeln, Mozarella), Balsamico-Dressing, Baguette *311 kcal / 1302 kJ; b1,b2,b3*	**Schnecklinudeln,** mit Sauce „Napoli“, Rotkrautsalat (hausg.) *518 kcal / 2169 kJ; b1,e*	**Erdbeerpudding mit Erdbeeren** *a*
FR 05.04.	**Hähnchenfleischpfanne,** Gemüseebly, Dessert *540 kcal / 2261 kJ; a,b1,i,m*	**Schlachteplatte,** Sauerkraut, Salzkartoffeln *968 kcal / 4053 kJ; b1,l,m*	4182 **Schweineschnitzel „Cordon bleu“** mit buntem Mischgemüse und Kartoffeln in Käsesoße *709 kcal / 2968 kJ; a,b1,m*	**Gemüseeintopf „Gärtnerin“,** Dessert *254 kcal / 1063 kJ; a*	**Jägerschnitzel,** Nudelsalat mit Ketchup, Gemüsebeilage *716 kcal / 2998 kJ; 2,3,6,9,a,b1,e,l*	**Kaiserschmarrn** mit heißen Himbeeren *861 kcal / 3605 kJ; a,b1,e*	**Quarkcreme Stracciatella** *a*
SA 06.04.	**Wirsingeintopf** mit Schweinefleisch, Bananenjogurt *198 kcal / 829 kJ; a,b1,m*	**Kap-Seehechtfilet natur** (MSC), Sahne-Weißweinsauce, Salzkartoffeln, Galagemüse *571 kcal / 2391 kJ; 10,a,b1,c,m*	4275 **Zartes Rindergeschnetzeltes** in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln *422 kcal / 1767 kJ; 0,a,b,l,m*		***Unsere „Backfee“ hat Urlaub!*** *Deshalb liefern wir am Freitag, dem 5. April 2024* ***keinen Kuchen*** *aus.* *Vielen Dank für Ihr Verständnis!* *Das WaKoS-Team*		**Mousse Cassis** *a*
SO 07.04.	**Hackbällchenspieß** Soße, Kartoffelbrei (hausg.), Familiengemüse *615 kcal / 2575 kJ; a,b1,e*	**Burgunderbraten (Kasseler),** Soße, Klöße, Rotwein-Champignon-Gemüse *405 kcal / 1696 kJ; 2,3,6,9,10,a,b1,h*	4765 **Gegrillte Hähnchenkeule** „Königinnen Art“ in feiner Soße, Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln *528 kcal / 2211 kJ; a,b1,m*				**Pudding „Panna Cotta“ mit Sauerkirschen** *a*

Warme Kost und Service GmbH & Co. KG • Telefon (0365) 43781-11 • Telefax (0365) 43781- 32 • e-mail: verkauf@wakos-gera.de