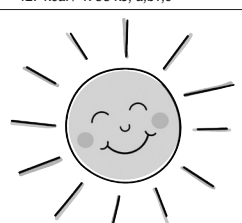
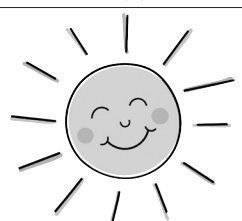
35. KW	Menü 1 gelb normal 6,50 € | Seniorenmenü Mo-Fr 6,25 €	Menü 2 rot 7,00 € Herzhaft & Beliebt	Diabetiker-Menü 7,65 € (solange Vorrat reicht)	Menü 3 grün 6,25 € Eintopf	Menü 4 hellblau 6,75 € Kaltmenü / Salatmenü	Menü 5 blau 6,30 € Süßmenü / Vegetarisch	Menü 6 Dessert 2,30 €
MO 25.08.	**Schnecklinudeln,** Würstelgulasch, Fruchtmus *822 kcal / 3442 kJ; 1,2,3,6,b1,e,i*	**Hähnchenbrustfilet natur,** Soße, Salzkartoffeln, Marktgemüse *411 kcal / 1721 kJ; a,b1*	4224 **Tafelspitz** aus zartem Rindfleisch in Schnittlauchrahmsoße mit Erbsen und Möhren, Salzkartoffeln *409 kcal / 1712 kJ; 0,a,b1,m*	**Nudel-Gemüseeintopf** mit Eierstich, Roggenbrötchen *424 kcal / 1775 kJ; a,b1,b2,b3,b4,e,k*	**Geräuchertes Pfefferstremelchen** (aus norwegischem Lachsfilet), Kartoffelsalat mit Essig und Öl, Gemüsebeilage *514 kcal / 2152 kJ; 3,c,l*	Blumenkohlcremesuppe, **3 Kartoffelpuffer,** Zucker, Fruchtmus *476 kcal / 1993 kJ; 1,3,a,b1,e*	**Quarkcreme Banane** *a*
DI 26.08.	**Gedünstetes Fischfilet natur** (MSC), Kräuter-Senfsoße, Reis, Spitzkohl-Salat mit Ananas (hausg.) *684 kcal / 2864 kJ; 2,3,5,a,c,h,l,m*	**Balkanschnitzel** (Schweineschnitzel, Paprika, Champignons, Zwiebeln), Kartoffelbrei (hausg.), Spitzkohl-Salat mit Ananas (hausg.) *722 kcal / 3023 kJ; 2,a,b1,e*	4509 **Süßer Kirschmichel** mit Vanillesoße *827 kcal / 3462 kJ; a,b1,b3,e,j7*	**Möhreneintopf** mit Schweinefleisch, Dessert *364 kcal / 1524 kJ; a,b1*	**American-Salat** (Eisbergsalat, Chinakohl, Gurke, Mais, Möhre) mit pan. Hähnchenbruststreifen, Dressing *714 kcal / 2989 kJ; a,b1,e,l*	**Käse-Omelette** mit Schnittlauch, Rahmspinat, Salzkartoffeln *517 kcal / 2165 kJ; a,b1,e*	**Vanillepudding mit Preiselbeeren** *a*
MI 27.08.	**Schaschlykpfanne,** Spätzle, Tomatensalat (hausg.) *770 kcal / 3224 kJ; 2,9,b1,e,l*	**Putenrollbraten,** Soße, Klöße, Gemüse „Leipziger Allerlei“ *348 kcal / 1457 kJ; 2,3,a,b1,b3,h*	4494 **Filets vom Buntbarsch** in Honig-Senf-Soße, Gemüsebouquet (aus Bohnen, Romanesco und Möhren) dazu Kartoffeln *405 kcal / 1696 kJ; a,c,l*	**Kartoffelsuppe „Thüringer Art“** mit Wiener Würstchen, Fruchtsaftgetränk *388 kcal / 1625 kJ; 2,3,4,6,l,m*	**Schichtsalat** (Sellerie, Porree, Ananas, Mais, Apfel, Kochschinken, Ei), Baguette und Butter *621 kcal / 2600 kJ; 2,3,a,b1,b2,b3,e,l,m*	**Zucchini-Auflauf** mit Kartoffeln, Tomaten und Käse überbacken *346 kcal / 1449 kJ; a,e*	**Waldfruchtjogurt mit Beerencocktail** *a*
DO 28.08.	**Schweinekamm** in Petersiliensoße, Klöße, Karamellpudding *602 kcal / 2520 kJ; 2,3,a,h*	**Scholle „Finkenwerder Art“** (mit Schinkenspeck), Kartoffel-Lauch-Püree (hausg.), Salat „Padua“ *815 kcal / 3412 kJ; a,b1,c*	4164 **Schweinegulasch „Hausfrauen-Art“** mit feinem Blumenkohl und Salzkartoffeln *307 kcal / 1285 kJ; a,b1,m*	**Kürbiscremesuppe** mit Hähnchenbruststreifen, Karamellpudding *517 kcal / 2165 kJ; a,b1,i,m*	**Salat „Sonnenblume“** (Lollo, Radieschen, Zwiebel, Mais, Karotten, Mungobohnen, Kohlrabi, Sonnenblumenkerne), Dressing *390 kcal / 1633 kJ; a,e,l*	**Vegetarische Bolognese** (Soja) mit Tomaten-Kräutersoße, Reis, Salat „Padua“ *687 kcal / 2876 kJ; b1,i*	**Quarkspeise „Erdbeere“** *a*
FR 29.08.	**Gefüllte Paprikaschote,** Soße, Salzkartoffeln, Buttermilchdessert Gartenfrucht *424 kcal / 1775 kJ; a,b1,l,m*	**Hausmacher Wildsülze,** Remouladensoße, Bratkartoffeln *346 kcal / 1449 kJ; 2,9,a,e,l*	4554 **Goldgelbes Eieromelette** in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln *529 kcal / 2215 kJ; a,b1,e,m*	**Schwarzwurzeleintopf** mit Fleischklößchen, Buttermilchdessert Gartenfrucht *427 kcal / 1788 kJ; a,b1,e*	**Hähnchenkeule** mit Ketchup, Nudelsalat mit Käse, Gemüsebeilage *576 kcal / 2412 kJ; 2,a,b1,e,l*	**3 Eierkuchen** mit Heidelbeeren gefüllt, Vanillesoße *648 kcal / 2713 kJ; a,b1,e*	**Mousse Cassis** *a*
SA 30.08.	**Porree-Eintopf** mit Schweinefleisch, Pfirsich-Maracuja-Jogurt *226 kcal / 946 kJ; a,b1*	**Kalbsgulasch,** Klöße, Erbsengemüse *550 kcal / 2303 kJ; 2,3,a,b1,h*	4124 **Rahmgeschnetzeltes** vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln *396 kcal / 1658 kJ; a,b1,m*				**Gelbe Fruchtgrütze mit Vanillesoße** *3,a*
SO 31.08.	**Schweinekrustenbraten,** Soße, Salzkartoffeln, Rosenkohlgemüse *407 kcal / 1704 kJ; a,b1,b3*	**Heilbuttfilet natur,** Dill-Zitronen-Buttersoße, Salzkartoffeln, Broccoligemüse *296 kcal / 1239 kJ; 2,4,a,b1,e*	4745 **Feines Hühnerfrikassee „Frühlings-Art“** mit Langkornreis *511 kcal / 2139 kJ; a,b1,m*				**Vanillequark mit Zwetschgen** *a*

Unsere „Backfee“ hat Urlaub!

Deshalb liefern wir am Freitag, dem 29. August 2025 ***keinen Kuchen*** *aus.*

Vielen Dank für Ihr Verständnis! *Das WaKoS-Team*

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

36. 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	7,65 € (solange Vorrat reicht)	6,25 € Eintopf	6,75 € Kaltmenü / Salatmenü	6,30 € Süßmenü / Vegetarisch	2,30 €
MO 01.09.	**Szegediner Gulasch,** Kartoffelbrei (hausg.), Pudding *612 kcal / 2562 kJ; a,b1,i,l*	**Chicken-Haxen,** Soße, Salzkartoffeln, Waldpilze *542 kcal / 2269 kJ; 1,a,b1,c,i,m*	4021 **Rostbratwürstchen** vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree *949 kcal / 3973 kJ; a*	**Linseneintopf** mit Karottenwürfeln und Kartoffeln, Pudding *555 kcal / 2324 kJ; a,b1*	**Hähnchen-Nuggets,** Nudelsalat „Mediterran“, Gemüsebeilage *609 kcal / 2550 kJ; 2,3,8,b1,e,l*	**Großer Hefeknödel** mit Pflaumenmus gefüllt, Vanillesoße *576 kcal / 2412 kJ; a,b1,e*	**Mandarinenkompott mit Vanillesoße** *3,a*
DI 02.09.	**Paniertes Putenschnitzel** auf buntem Gemüse, Salzkartoffeln *533 kcal / 2232 kJ; a,b1*	**Kartoffelauflauf „Bolognese“** mit Creme fraiche und Käse überbacken *880 kcal / 3684 kJ; a,b1,b3,e,l*	4533 **Cremiger Vollmilch-Grießbrei** mit Erdbeer-Apfel-Kompott *432 kcal / 1809 kJ; a,b1*	**Reiseintopf** mit Hühnerfleisch, Frisches Obst *418 kcal / 1750 kJ; b1,m*	**Salat „Pulled Pork“** (fein mariniertes Schweinefleisch, Eisbergsalat, Gurke, Mais, Paprika, rote Zwiebeln), Dressing *327 kcal / 1369 kJ; a*	**Kräuterquark,** Butter, Salzkartoffeln, Gurkensalat (hausg.) *555 kcal / 2324 kJ; a*	**Jogurt mit Schokomüsli** *a,b1,b3,b4*
MI 03.09.	**Pikante Nierchen,** Kartoffelbrei mit Zwiebelringen (hausg.), Rote-Bete-Salat *536 kcal / 2244 kJ; 1,2,9,a,b1,i,l*	**Gönnataler Putenroster „Thür. Art“** auf Bayrisch Kraut, Erbspüree (hausg.) *740 kcal / 3098 kJ; 3,8,a,b1*	4260 **Rheinischer Sauerbraten** vom Rind in Rosinensoße mit Rotkohl und Kartoffelklößen *387 kcal / 1620 kJ; 0,a,b1,m*	**Nudeleintopf** mit Rindfleisch und Gemüse, Quarkspeise *407 kcal / 1704 kJ; 0,3,a,b1,e*	**Fischfilet im Backteig** (MSC), Remouladensoße, Masurischer Kartoffelsalat, Gemüsebeilage *378 kcal / 1583 kJ; 2,9,a,b1,c,e,l*	**Feiner Pilztopf** mit Semmelknödel, Quarkspeise *563 kcal / 2357 kJ; 3,a,b1,e*	**Frischkäsedessert mit Ananas** *a*
DO 04.09.	**Hausmacher Boulette** auf Blumenkohlgemüse holl. Art, Salzkartoffeln *625 kcal / 2617 kJ; a,b1,b3,e,l*	**Bratheringsfilet mit Zwiebelringen** (MSC), Bratkartoffeln, Farmersalat *914 kcal / 3827 kJ; b1,b2,c,e,i,l,m*	4576 **Kartoffel-Gemüse-Reibekuchen** mit feinem Gemüsemix und cremigen Dip *493 kcal / 2064 kJ; a,b1,b3,e,m*	**Möhrencremesuppe** mit Hähnchenbruststreifen, Aprikosenkompott *264 kcal / 1105 kJ; a,i*	**Gönnataler Bauernsülze,** Remouladensoße, Kartoffelsalat mit Gurke, Gemüsebeilage *670 kcal / 2805 kJ; 2,9,a,b1,e,l*	**Milchreis,** Zucker, Zimt, Aprikosenkompott *731 kcal / 3061 kJ; a,b3*	**Buttermilchdessert Zitrone-Limette** *a*
FR 05.09.	**Grillwurst,** Tomaten-Fruchtsoße, Korkenziehernudeln, Heidelbeerjogurt *838 kcal / 3592 kJ; 2,3,4,6,a,b1,e*	**Rindergulasch,** Semmelknödel, Rotkrautsalat (hausg.) *554 kcal / 2319 kJ; 0,b1,e*	4458 **Zarte Hähnchenfilets** in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln *299 kcal / 1252 kJ; a,b1,m*	**Kohlrübeneintopf** mit Schweinefleisch, Heidelbeerjogurt *248 kcal / 1038 kJ; a,b1*	**Salatschale** aus 7 frischen Gemüsesorten mit Käse und Kräuterdressing *593 kcal / 2483 kJ; a,e,l*	**Schwarzwurzel-Knusper-Karree,** Soße Hollandaise, Kartoffelbrei (hausg.), Rotkrautsalat (hausg.) *921 kcal / 3856 kJ; 1,2,a,b1,b3,c,e,i,k,l,m*	**Quarkspeise mit Süßkirschen u. Schokostreuseln** *9,a*
SA 06.09.	**Gräupcheneintopf** mit Rindfleisch, Orangenkompott *392 kcal / 1641 kJ; 0,b3*	**Kaninchenkeule,** Soße, Klöße, Apfelrotkohl *486 kcal / 2035 kJ; 2,3,b1,b3,h*	4117 **Deftiger Braten** vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen *543 kcal / 2273 kJ; a,b1,e,l,m*		**Unsere „Backfee“ hat Urlaub!** *Deshalb liefern wir am Freitag, dem 5. September 2025* ***keinen Kuchen*** *aus.* *Vielen Dank für Ihr Verständnis!* *Das WaKoS-Team*		**Schokopudding mit weißen Schokostreuseln** *a*
SO 07.09.	**Bratwurstschnecke,** Soße, Kartoffelbrei (hausg.), Sauerkraut *812 kcal / 3400 kJ; a,b1,l*	**Rinderbraten,** Soße, Klöße, Speckbohnen, *318 kcal / 1331 kJ; 0,2,3,b1,b3,h*	4427 **Scholle „Finkenwerder Art“** (MSC) garniert mit Speck dazu Rahmkartoffeln *570 kcal / 2386 kJ; 6,a,b1,c,f*				**Fruchtmus mit Vanillesoße** *1,3,a*

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