


Speiseplan 14.09. - 20.09.2020

Name:

KW 38	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag *		Sonntag *	
Vollkost 6,20 € kcal	Schweinebraten mit Schwarzwurzeln und Kartoffeln 478	i,h 2,3 4	Hackbraten mit Rahmsauce buntem Gemüse und Kartoffeln 519	a,c i,j 2,3 4,0 10	Gebackener Leberkäse mit Senfsauce, Bayrisch Kraut und Kartoffeln 582	J g,i h 1,2,3 3,4	Schweineschnitzel mit Bratensoße Erbsen und Kartoffeln 482	g,i h 1,2 3,4	Hähnchen Cordon Bleu mit Bratensoße Blumenkohl und Kartoffeln 548	a,g 1,2 4 10	Schweinebraten mit Paprikasoße grüne Bohnen und Kartoffeln 596	i,a 3,2 8 2,0	Geflügelbratwurst mit Bratensoße Erbsen und Kartoffeln 612	g,i h 1,2 3,4
Leichte Vollkost 6,30 € kcal	Gedünstetes Fischfilet mit Spreewälder Soße Kartoffelpüree und Möhrengemüse 514	a,d g,i 2,3 10	Gedünstete Hähnchenbrust in Rahmsauce mit Brokkoli und Kartoffelpüree 398	a,g 2,3 13	Buntes Eierragout mit Fingermöhren und Salzkartoffeln 691	a,c g,i 2,3 4,8	Schweine- frikassee mit buntem Gemüse und Reis <u>dazu:</u> Pudding 571	a,g h 2 10,0	Putenrollbraten in Rahmsauce mit Möhrengemüse und Kartoffeln 370	a,g i 2,3 4	4 Mini-Frikadellen in Champignon- rahmsauce mit Kartoffelpüree und Kohlrabigemüse 689	g,a c,i j 3,4	Gekochtes Rind mit Paprika- sahnesauce Schwarzwurzeln und Kartoffeln 542	a,g i,h 2,3
Eintopf 6,15 € kcal	Serbischer Weiße Bohnentopf mit Paprika, Zwiebeln Möhren und Rinderhackfleisch 456	h,i 2,3 4 8	Graupeneintopf mit Suppengemüse und Rindfleisch <u>dazu:</u> Wackelpudding 481	a i 2,3 8	Erseneintopf mit 1 Wiener Würstchen und Suppengemüse 354	h,i 2,3 4 8	Hühnersuppentopf mit Suppengrün und Reis 280	i 1,2 4	Möhreneintopf mit Suppengrün und Rindfleischwürfeln 284	a,g i 2,3 12	Grüne Bohneneintopf mit Kasselerwürfeln und Suppengrün 282	a,g a,g i,h j	Spargel- Möhrensuppe mit Kartoffelwürfeln und Suppen- klößchen 317	a,g i,h 2,3 4
Vege- tarische Kost 6,10 € kcal	Grießbrei mit Kirschsauce 369	g a	3 Quarkkeulchen und Soße mit Vanillegeschmack <u>dazu:</u> Zucker und Zimt 492	a,c g,l 2,3 5,8 10	Kräuterquark mit Salzkartoffeln und Butter 320	g a g 2,3 4 10	Blumenkohl- käsemedaillons mit Kräutersauce und Kartoffelpüree 467	a,c f,g i,j 3,4	Gabelspaghetti Tomaten- Gemüsesauce <u>dazu:</u> Reibekäse 728	a,g i 1,2 4	* Kühlkost			
Extra Kost 7,70 € kcal	Holsteiner Grünkohlteiler (Schwein Kasseler, Nürnberger) mit Salzkartoffeln 446	a,i j 2,3 8,4 10	Schlemmerfilet Fisch mit Kräutern mit Soße und Salzkartoffeln <u>dazu:</u> Gurkensalat 538	a,c f,g i,j 3,4 2	Geschmortes Rinderfleisch in Rotweinsauce mit Apfelrotkohl und Spätzle 525	a,c i 1,4 4,5 10	Eisbeinflisch mit Sauerkraut und Kartoffeln <u>dazu:</u> Senf 546	i,j 2,4 10	Schweinesteak mit Spargelragout und Kartoffeln 378	a,c g 2,3 13	Unser Partner, die WEIDEMANN Catering GmbH, ist zertifiziert nach:  VOLKSSOLIDARITÄT Landesverband Berlin e.V. Fahrbarer Mittagstisch Speiseplan 14.09. - 20.09.2020 Alfred-Jung-Straße 17, 10367 Berlin Tel: 030/ 403 66 1111, Fax: 030/ 403 66 1119 E-Mail: mittagstisch@volkssolidaritaet.de			
Mini Kost 5,50 € kcal	2 Eierkuchen mit warmem Apfelmus 284	a,d g,i 2,3 10	2 Quarkkeulchen mit Soße mit Vanillegeschmack <u>dazu:</u> Zucker und Zimt 492	a,c g,l 2,3 5,8 10	Gebackener Leberkäse mit Senfsauce Bayrisch Kraut und Kartoffeln 482	j g,i h 1,2,3 3,4	2 Mini-Bouletten mit Bratensoße Kaisergemüse und Kartoffelpüree 291	a,f g 1,4 10	Schweinewürfel mit Möhrengemüse und Kartoffelpüree 263	a,g i 1,2 4				

bitte wenden

Änderungen vorbehalten

Speiseplan 14.09. - 20.09.2020

Mo-Fr	1		2		3		4		5	
Abendbrot Kalt 6,30 € kcal	Schweinebraten Bierwurst Salami Gouda Brot, Butter 415	13,a 1, 2 3, 4 i, j, h a	Kartoffelsalat mit Majonnaise 4 Partybouletten Gewürzgurke Senf 382	13,a 1, 2 3, 4 i, j, h a	Leberwurst Bauernschinken Schmelzkäse Paprikalyoner Brot, Butter 450	13,a 1, 2 3, 4 i, j, h a	Griechischer Bauernsalat 2 Hackfleischröllchen Senf, Brot 370	13,a 1, 2 3, 4 i, j, h a	Kochschinken Geflügeljagdwurst Lachsschinken Emmentaler Brot, Butter 430	13,a 1, 2 3, 4 i, j, h a
Dessert 1,60 € kcal	Heidelbeerjoghurt 104	9,1, g,a	Kirschquark Dessert 120	9,1, g,a	Erdbeer-Sahne-Pudding 117	9,1, g,a	Pudding Latte Macchiato 122	9,1, g,a	Mangojoghurt 103	9,1, g,a
Fitness Linie 5,90 € kcal	Montag Salatteller (Tomate, Gurke, Eisbergsalat, Paprika, 1/2 gek. Ei, Mozzarella) Dressing, Brot, Butter	2 g,1	Dienstag Salatteller (Tomate, Gurke, Eisbergsalat, Paprika, Hähnchenbruststreifen) Dressing, Brot, Butter	2 g	Mittwoch Salatteller (Tomate, Gurke, Eisbergsalat, Paprika, Thunfisch) Dressing, Brot, Butter	2 g,d	Donnerstag Salatteller (Tomate, Gurke, Eisbergsalat, Paprika, Schinken, Käsestreifen) Dressing, Brot, Butter	8 g,1	Freitag Salatteller (Tomate, Gurke, Eisbergsalat, Paprika, Feta, Olive, Hackröllchen) Dressing, Brot, Butter	2,i,j g,1

Unser Partner, die WEIDEMANN Catering GmbH, ist zertifiziert nach:



VOLKSSOLIDARITÄT
Landesverband Berlin e.V.
Fahrbarer Mittagstisch

Speiseplan

14.09. - 20.09.2020

Alfred-Jung-Straße 17, 10367 Berlin

Tel: 030/ 403 66 1111, Fax: 030/ 403 66 1119

E-Mail: mittagstisch@volkssolidaritaet.de

Änderungen vorbehalten

Wir bieten Ihnen frisch zubereitete warme und kalte Speisen, direkt aus der Küche an Ihre Tür: Das ist der Fahrbare Mittagstisch der Volkssolidarität - Guten Appetit!

Voraussetzung

Wir beliefern Sie in den Bezirken Friedrichshain, Hohenschönhausen, Lichtenberg, Marzahn-Hellersdorf, Mitte, Pankow, Prenzlauer Berg, Kreuzberg, Treptow-Köpenick und Weißensee.

Bestellung

Werktags können Sie auf der Grundlage des wöchentlichen Speiseplans Ihre Bestellung direkt dem Essenfahrer mitgeben, telefonisch durchstellen oder schriftlich per Fax oder E-Mail übermitteln. Bestelländerungen für den Folgetag sind täglich von 8-13 Uhr möglich. Für das laufende Wochenende sind Änderungen bis Mittwoch 13 Uhr abzugeben.

Lieferung und Bezahlung

Die Lieferung erfolgt **Frei Haus!** Das Samstagessen wird am Donnerstag und das Sonntagessen am Freitag ausgeliefert. ***Die Sa/So/Feiertags-Essen sind Kühlkost-Essen.**

Die **Bezahlung erfolgt jeweils am Monatsende** ganz einfach per Abbuchung von Ihrem Konto oder durch Ihre eigene Überweisung.

Wichtig!

Alle Speisen, bis auf die Wochenendessen, sind zum sofortigen Verzehr bestimmt! Kühlkost muss dauerhaft gekühlt werden, bis Sie diese zu Ihrer gewünschten Essenszeit erhitzen und damit zu Ende garen - so gelangt sie frisch auf Ihren Tisch! Beim Erwärmen in der Mikrowelle bitte ausschließlich geeignetes Mikrowellengeschirr verwenden!

ACHTUNG: Fisch und Fischfilet sind nicht grätenfrei!

Erläuterungen zu Zusatzstoffen und Allergenen

1 Farbstoff, **2/17/18/19** Konservierungsstoff, **3** Antioxidationsmittel, **4** Geschmacksverstärker, **5** geschwefelt, **6** geschwärzt, **7** gewachst, **8** Phosphat, **9** Süßungsmittel, **10** Zucker und Süßungsmittel, **11/28** Phenylalaninquelle (Aspartam), **12** bei übermäßigem Verzehr abführend, **13** Milcheiweiß, **20** Chinin, **21/31/37** Coffein, **26** bestrahlt, **27** unter Schutzatmosphäre verpackt, **29/30** Süßholz, **32** zugesetzte Pflanzensterine, **33** zugesetzte Pflanzenstanole, **34** kann Aktivität u. Aufmerksamkeit von Kindern beeinträchtigen, **35** aus Fleischstücken zusammengefügt, **36** aus Fischstückstücken zusammengefügt, **38** Nanopartikel

a Getreide, **a1** Weizen, **a2** Roggen, **a3** Gerste, **a4** Hafer, **a5** Dinkel, **a6** Kamut, **b** Krebstiere, **c** Eier, **d** Fisch, **e** Erdnüsse, **f** Soja, **g** Milch, **h** Schalenfrüchte, **h1** Mandeln, **h2** Haselnüsse, **h3** Walnüsse, **h4** Kaschunüsse, **h5** Pekannüsse, **h6** Paranüsse, **h7** Pistazien, **h8** Makadamianüsse, **h9** Queenslandnüsse, **i** Sellerie, **j** Senf, **k** Sesamsamen, **l** Schwefeldioxid und Sulfid, **m** Lupine, **n** Weichtiere