

Kundennummer:

Name:

Tour:

## Menüplan - Mai

Am **Samstag & Sonntag** kostet das Menü **8,50 €** und an **Feiertagen** **11,00 €**

Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow, Krummendorf, Elmenhorst, Diedrichshagen) gilt zusätzlich eine Transportzulage

Tag	Gericht 1 ab 7,50 €	Gericht 2 ab 7,50 €	Salat der Woche ab 7,50 €	Nachtisch 1,00 €
Do.1.5.	 <b>Hühnereintopf</b> <sup>(i)</sup> Suppengemüse Parboiled Reis	 <b>Buttermakrele</b> <sup>(a1,d)</sup> Senfkornsoße <sup>(a1,j)</sup> Kartoffel-Tomaten Lauchgemüse	„Salat Hawaii“ Eisberg, Gurke, Tomate, Kochschinken (2.3.9) , Ananas, American Dressing (c,g)	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Fr.2.5.	 <b>gekochte Eier</b> <sup>(c)</sup> Senfsoße <sup>(a1,c,j)</sup> Salzkartoffeln Rote Bete <sup>(8)</sup>	 <b>Rinderstreifenragout</b> <sup>(a1,g)</sup> in Meerrettichsoße mit Spargel Salzkartoffeln		rote Grütze mit Sahne <sup>(1,g)</sup>
Sa.3.5.	 <b>Geflügel Bolognese</b> <sup>(a1,i)</sup> Vollkornnudeln <sup>(a1,a2)</sup>	 <b>Gemüse Frikadelle</b> <sup>(c,a2,i)</sup> Möhren-Kohlrabi in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln		Gebäck <sup>(a,d)</sup>
So.4.5.	 <b>Lachs Würfel</b> <sup>(d)</sup> in Honig-Senfsoße <sup>(a1,j,g)</sup> mit Spargel Kartoffelpüree <sup>(g)</sup>	 <b>Kalbsgeschnetzeltes</b> <sup>(a1,g)</sup> in Käsesoße Kaisergemüse <sup>(g)</sup> Salzkartoffeln		Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Mo.5.5.	 <b>Bunter Gemüseeintopf</b> <sup>(i)</sup> mit Perlgraupen <sup>(a3)</sup>	 <b>Hähnchenkeule</b> Erbsen und Möhren in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Kartoffeln	„Griechischer Salat“ Eisberg, Gurke, Tomate, Weißkraut, Peperoni, Oliven, gewürfelter Weichkäse (g) , Thousand Island Dressing (c,g)	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Di.6.5.	 <b>Putengyros</b> Tsaziki <sup>(g)</sup> Vollkornreis Rotkrautsalat	 <b>Schlemmerfilet Brokkoli</b> <sup>(a1,g,d)</sup> Blumenkohl-BrokkolisöÙe <sup>(a1,g)</sup> Kartoffel-Süßkartoffelpüree <sup>(g)</sup>		Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Mi.7.5.	 <b>Milchreis</b> <sup>(g)</sup> mit Kirsch Grütze <sup>(1)</sup>	 <b>Paprikaschote</b> <sup>(a1,c,f)</sup> mit klassischer PaprikasoÙe <sup>(a1,g)</sup> und Salzkartoffeln		Gebäck <sup>(a,d)</sup>
Do.8.5.	 <b>Lammgeschnetzeltes</b> <sup>(a1,f,g)</sup> in Knoblauch-HonigsoÙe mit Zwiebeln und Reis	 <b>Rührei</b> <sup>(c,g)</sup> Porree in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln		Joghurt <sup>(g)</sup>
Fr.9.5.	 <b>Gebackener Schellfisch</b> <sup>(a1,c,d)</sup> an warmem Kartoffel-Spargelsalat	 <b>Hackfleischpfanne</b> <sup>(a1,g,i)</sup> mit Möhren,Spargel und Lauch Salzkartoffeln		"Panna cotta" <sup>(g)</sup>
Sa.10.5.	 <b>Erbseintopf</b> <sup>(i)</sup> mit Bockwurst <sup>(2,3,9,s)</sup>	 <b>Gedünstetes Schollenfilet</b> <sup>(d)</sup> ZitronensoÙe <sup>a1,g</sup> Buttermöhren <sup>8</sup> , Salzkartoffeln		Zitronenmousse <sup>(g)</sup>
So.11.5.	 <b>Gemüse Maultaschen</b> <sup>(a1,c,i)</sup> mit Karotten, Spinatfüllung in klarer Gemüsebrühe mit Suppeneinlage	 <b>Rindergulasch</b> <sup>(a1,j)</sup> Paprika, Zwiebeln, Tomate Kartoffelklöße <sup>(5)</sup>		Joghurt <sup>(g)</sup>
Mo.12.5.	 <b>Vegetarisches Schnitzel</b> <sup>(a1,a4,g,c)</sup> Erbsen und Möhren in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln	 <b>Geflügel Bratwurst</b> Spargel-MöhrensoÙe <sup>(a1,g)</sup> Kartoffelpüree <sup>g</sup>		Schokopudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Di.13.5.	 <b>Linseneintopf</b> <sup>(i)</sup> Suppengemüse Bockwurst <sup>(2,3,9,s)</sup>	 <b>Lachs Pasta</b> <sup>(a1,g,d,k)</sup> mit Mango-ChilisoÙe Paprika, Zwiebel und Möhren Käseravioli		„Chef Salat“ Eisberg, Gurke, Tomate, Kochschinken (2,3,9), Ei , geriebener Gouda (g), Joghurt Dressing (g)
Mi.14.5.	 <b>Germknödel</b> <sup>(a1,g,c)</sup> mit VanillesoÙe <sup>(g,1)</sup>	 <b>Sauerfleisch</b> <sup>(i,s)</sup> Remoulade <sup>(g,c)</sup> Bratkartoffeln <sup>(2,3,9,s)</sup> Gewürzgurken Streifen <sup>(8)</sup>		Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Do.15.5.	 <b>Kalbsfrikadelle</b> <sup>(a1)</sup> Blumenkohl in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Kräuterkartoffelpüree <sup>8</sup>	 <b>Gebackener Feta</b> <sup>(a1,a2,g)</sup> Mediterranes Gemüse Reis	Gebäck <sup>(a,g)</sup>	

Tag	Gericht 1 7,00 €	Gericht 2 7,50 €	Salat der Woche ab 7,50 €	Nachtisch 1,00 €
Fr.16.5.	 <b>Seelachsfriskasse</b> <sup>(a1,g,d)</sup> Erbsen, Möhren und Zitrone Vollkornreis	 <b>Schweineroulade</b> <sup>(f)</sup> mit Spargel-Schinkensoße <sup>(a1,g,1,2,9)</sup> Salzkartoffeln	„Chef Salat“ Eisberg, Gurke, Tomate, Kochschinken (2,3,9), Ei, geriebener Gouda (g), Joghurt Dressing (g)	pudding Waldmeister <sup>(1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Sa.17.5.	 <b>Rinder Sauerbraten</b> <sup>(i)</sup> Bratensoße <sup>(a1,i,AL)</sup> Wachsbohnen <sup>(g)</sup> Spätzle <sup>(a1,c)</sup>	 <b>Gedünsteter Seehecht</b> <sup>(d)</sup> Dillsoße <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln Puzsta Salat <sup>(8)</sup>		Fruchtsaftgetränk
So.18.5.	 <b>Vegetarische Bolognese</b> <sup>(a1,f,i)</sup> mit Vollkornnudeln <sup>(a1,a2)</sup>	 <b>Hähnchen Cordon Bleu</b> <sup>(a1,g)</sup> Schwarzwurzel in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln		Joghurtdessert <sup>(g)</sup>
Mo.19.5.	 <b>Vegetarisches Chili sin Carne</b> <sup>(a1,f)</sup> Rote Bohnen und Mais Langkorn Reis	 <b>Hähnchen-Curry</b> <sup>(a1)</sup> Paprika, Ananas und Lauch in Kokosmilch, Vollkornnudeln <sup>(a1,a2)</sup>	„Italo Mix“ Eisberg, Gurke, Tomate, Hähnchenstreifen, geriebener Mozzarella (g) American Dressing (g,c)	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Di.20.5.	 <b>Kartoffelsuppe</b> <sup>(i,j,2,3,9,s)</sup> mit Suppengemüse und ein Paar Wiener Würstchen <sup>(2,3,9,s)</sup>	 <b>eingelegter Brathering</b> <sup>(a1,j,d)</sup> Zwiebel-Lauchsalat Hausfrauensöße <sup>(c,g)</sup> Bratkartoffeln <sup>(2,3,9,s)</sup>		Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Mi.21.5.	 <b>Grießbrei</b> <sup>(g,a1)</sup> Vanille-Apfelkompott <sup>(1)</sup>	 <b>Schweine Schnitzel</b> <sup>(a1,c)</sup> Spargel in Rahm <sup>(a1,g)</sup> Salzkartoffeln		Joghurt <sup>(g)</sup>
Do.22.5.	 <b>Putenrollbraten</b> Paprika-Wirsingrahm <sup>(a1,c)</sup> Kartoffeln	 <b>Spinat-Gorgonzola Pasta</b> <sup>(a1,g)</sup> mit Datteln und Schleifennudeln <sup>(a1,c)</sup>		Waffel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr.23.5.	 <b>Eierragout</b> <sup>(a1,j,g,c)</sup> Leipziger Allerei Salzkartoffeln	 <b>Wildschweinsülze</b> <sup>(i,s)</sup> Pflaumendip <sup>(a1)</sup> Kartoffel-Waldpilzpüree <sup>(s)</sup>		Erdbeerpudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Sa.24.5.	 <b>Rinderroulade</b> <sup>(i)</sup> Rouladensoße <sup>(a1,j,2,3,9,s)</sup> Brechbohnen <sup>(g)</sup> Salzkartoffeln	 <b>Schlemmerfilet Italo</b> <sup>(d,g)</sup> Ratatouille <sup>(a1)</sup> Vollkornnudeln <sup>(a1,a2)</sup>		Ochsenauge <sup>(a,d)</sup>
So.25.5.	 <b>Lachsragout</b> <sup>(a1,g,h,d)</sup> in Zitronen-Hummersoße Mais und Möhren Reis	 <b>Mecklenburger Rippenbraten</b> Pflaumensoße <sup>(a1,j,i,AL)</sup> Rosenkohl <sup>(g)</sup> Salzkartoffeln		Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Mo.26.5.	 <b>Fruchtige Tomatensoße</b> <sup>(a1)</sup> mit Vollkornnudeln <sup>(a1,a2)</sup> gerieben Gouda <sup>(s)</sup>	 <b>Gedünstetes Schollenfilet</b> <sup>(d)</sup> Tomaten-Pfefferrahmsöße <sup>(a1,g)(Pikant)</sup> Kartoffel-Gemüsepüree <sup>(s)</sup>		pudding Caramel <sup>(g)</sup>
Di.27.5.	 <b>Hähnchenkeule</b> <sup>(i)</sup> Kräutersöße <sup>(a1,g)</sup> Honig-Möhren <sup>(g)</sup> , Salzkartoffeln	 <b>Pellkartoffeln</b> Kräuterquark <sup>(g)</sup> Pfannengemüse <sup>(Zucchini,Paprika, Möhre)</sup>		Milchreis <sup>(g)</sup>
Mi.28.5.	 <b>Rührei</b> <sup>(c,g)</sup> Rahmspinat <sup>(a1,g)</sup> Karoffelpüree <sup>(s)</sup>	 <b>Grützwurst</b> <sup>(a1)</sup> mit Schlachter-Sauerkraut Salzkartoffeln <sup>(2,3,9,s)</sup>		„Vollwert Salat“ Weißkraut, Rotkraut, Möhrensalat ,Apfel,Rosinen, Nüsse (h1-4) , Roggenbrötchen (a1,a2), Thousand Island Dressing (g,c)
Do.29.5.	 <b>Wildschweingulasch</b> <sup>(a1,i,AL)</sup> Preiselbeeren und Maronen Kartoffelklöße <sup>(5)</sup>	 <b>Sahne Hering</b> <sup>(d,g,f)</sup> mit Bratkartoffeln <sup>(2,3,9,s)</sup> Tomatensalat	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>	
Fr.30.5.	 <b>Fisch-Soljanka</b> <sup>(a1,d,f)</sup> Seelachs, Paprika Gewürzgurke,Zwiebeln, Dill Tomaten Würfel und Zitrone	 <b>Hackbraten</b> <sup>(a1,c,j)</sup> Hackbratensoße <sup>a1,j</sup> Mischgemüse <sup>(g)</sup> Salzkartoffeln	Vanillepudding mit Sahne <sup>(g)</sup>	
Sa.31.5.	 <b>Schweinegeschnetzeltes</b> <sup>(a1,g,AL)</sup> Züricher Art Champignons und Zwiebel Vollkornreis	 <b>Vegetarisches Schnitzel</b> <sup>(a1,a4,g,c)</sup> Brechbohnen in Rahm <sup>(a1,c)</sup> Salzkartoffeln	Schokoladen- pudding <sup>(g)</sup>	

**Zusatzstoffe:** 1= mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff / konserviert; 3 = mit Antioxidationsmittel; 4 = mit Geschmacksverstärker; 5 = geschwefelt; 6 = geschwärzt; 7= gewachst; 8 = mit Süßungsmittel(n); 9 = mit Phosphat; S = mit Schweinefleisch; Z = zum Teil fein zerkleinert; V = Veg. Zubereitung; AL= kann reste von Alkohol enthalten

**Stoffe o. Erzeugnisse die Allergien o. Unverträglichkeiten auslösen können, gemäß LMIV Anhang II**

a = Gluten; a1 = Weizen; a2 = Roggen; a3 = Gerste; a4 = Hafer; a5 = Dinkel; b = Krebstiere/-erzeugnisse; c = Eier/-erzeugnisse; d = Fische/-erzeugnisse; e = Erdnüsse/-erzeugnisse; f = Sojabohnen/-erzeugnisse; g = Milch/-erzeugnisse (einschließlich Laktose); h = Schotenfrüchte/-erzeugnisse; h1 = Mandeln; h2 = Haselnüsse; h3 = Walnüsse; h4 = Cashewnüsse; h5 = Pecannüsse; h6 = Paranüsse; h7 = Pistazien; h8 = Macadamianüsse i = Sellerie/-erzeugnisse; j = Senf/-erzeugnisse; k = Sesam/-erzeugnisse; l = Schwefeldioxid/Sulfite; m = Lupinen/-erzeugnisse; n = Weichtiere/-erzeugnisse;

**Das Küchenteam wünscht Ihnen einen guten Appetit! Änderungen vorbehalten!**

**Änderungen zum Speiseplan unter Tel.: 0381/24279720, FAX: 0381/242799700, E-Mail: ear@drk-rostock.de:**

**- Veränderungen immer 1 Tag im Voraus für Montag bis Freitag bis 14.00 Uhr / für Sa/So. und Feiertage bis 13.00 Uhr  
An Wochenenden und Feiertagen ist das Büro nicht besetzt**

# Bestellformular Mai 25 – Rückgabe bitte bis 25. April 25

**Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen.**

DRK Kreisverband Rostock e. V., Trelleborger Straße 11, 18107 Rostock

**Tour:**

Name:  
Straße:  
Plz, Ort:

Kundennummer:

	Gericht 1	Gericht 2	Salat der Woche	Nachtisch
Do.1.5.				
Fr.2.5.				
Sa.3.5.				
So.4.5.				
Mo.5.5.				
Di.6.5.				
Mi.7.5.				
Do.8.5.				
Fr.9.5.				
Sa.10.5.				
So.11.5.				
Mo.12.5.				
Di.13.5.				
Mi.14.5.				
Do.15.5.				
Fr.16.5.				

Kundennummer:

**Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen**

	<b>Gericht 1 ab 7,50 €</b>	<b>Gericht 2 ab 7,50 €</b>	<b>Salat der Woche ab 7,50 €</b>	<b>Nachtisch 1,00 €</b>
Sa.17.5.				
So.18.5.				
Mo.19.5.				
Di.20.5.				
Mi.21.5.				
Do.22.5.				
Fr.23.5.				
Sa.24.5.				
So.25.5.				
Mo.26.5.				
Di.27.5.				
Mi.28.5.				
Do.29.5.				
Fr.30.5.				
Sa.31.5.				

**Postanschrift: DRK Kreisverband Rostock e.V. -Bürgerservice-, Trelleborger Str.11, 18107 Rostock**

**Online: [www.bestellung-drk-rostock.de](http://www.bestellung-drk-rostock.de)**

**E-Mail: [ear@drk-rostock.de](mailto:ear@drk-rostock.de)**

**APP: EAR-Rostock**

**FAX: 0381/242799700**

**Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.**