

























































Kundennummer:  
Name:  
Tour:

## Menüplan - Februar 2025

An **Feiertagen** kostet das Menü **10,00 €**

Für einzelne Liefergebiete (Brinckmansdorf, Kassebohm, Gehlsdorf, Toitenwinkel, Dierkow, Krummendorf, Elmenhorst, Diedrichshagen) gilt eine Transportzulage von **+1,00 € / Gericht**

Tag	Gericht 1 7,50 €	Gericht 2 7,50 €	Nachtisch 0,80 €
Sa.1.2.	 <b>Wurstgulasch</b> <sup>2,3,9,s,a1,j</sup> Paprika, Zwiebel Bio-Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	 <b>Schlemmerfilet Bordolaise</b> <sup>a1,g,d</sup> Estragonsoße <sup>a1,g</sup> Buttererbsen <sup>g</sup> Kartoffeln	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
So.2.2.	 <b>Vegetarische Bratwurst</b> <sup>a1,c</sup> Wirsing Kohl in Rahm <sup>a1,g</sup> Reis	 <b>Königsberger Klopse</b> <sup>a1,s</sup> Kapernsoße <sup>a1,g,s</sup> Salzkartoffeln Rote Bete <sup>g</sup>	rote Grütze mit Sahne <sup>(1,g)</sup>
Mo.3.2.	 <b>Vegetarische Paprikaschote</b> <sup>a1,i,j</sup> Ratatouilliegemüse <sup>a1</sup> Weichweizen Ebly <sup>a1</sup>	 <b>Hähnchenschnitzel</b> <sup>a1</sup> Spinat-Käsesoße <sup>a1,g</sup> Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	Gebäck <sup>(a,d)</sup>
Di.4.2.	 <b>Schweinenackenbraten</b> <sup>i,j,AL</sup> Schweinebraten Soße <sup>a1,i,j,AL</sup> Rotkohl <sup>s</sup> Kartoffelklöße <sup>5</sup>	 <b>Kartoffelpuffer</b> <sup>c,a1</sup> mit Apfelmus <sup>3</sup>	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Mi.5.2.	 <b>2 Matjesfilets</b> <sup>d,AL,2</sup> Kräuterremoulade <sup>c,g,9</sup> Schnittlauch-Kartoffel-Möhrenpüree <sup>g</sup>	 <b>Geflügelleber</b> <sup>a1</sup> Apfel und Zwiebelschmelz <sup>g</sup> Kartoffelpüree <sup>g</sup>	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Do.6.2.	 <b>Hühnereintopf</b> <sup>i</sup> Suppengemüse Bio-Parboiled Reis	 <b>Buttermarkrelle</b> <sup>a1,d</sup> Senfkornsoße <sup>a1,j</sup> Kartoffel-Tomaten Lauchgemüse	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Fr.7.2.	 <b>gekochte Eier</b> <sup>c</sup> Senfsoße <sup>a1,c,j</sup> Salzkartoffeln Rote Bete <sup>g</sup>	 <b>Rinderstreifenragout</b> <sup>a1,g</sup> in Meerrettichsoße mit Paprika Salzkartoffeln	Gebäck <sup>(a,d)</sup>
Sa.8.2.	 <b>Geflügel Bolognese</b> <sup>a1,i</sup> Bio Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	 <b>Gemüse Frikadelle</b> <sup>c,a2,i</sup> Möhren-Kohlrabi in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
So.9.2.	 <b>Lachs Würfel</b> in Honig-Senfsoße <sup>a1,j,g</sup> mit Brokkoli Kartoffelpüree <sup>g</sup>	 <b>Kalbsgeschnetzeltes</b> <sup>a1,g</sup> in Käsesoße Kaisergemüse <sup>g</sup> Salzkartoffeln	"Panna cotta" <sup>(g)</sup>
Mo.10.2.	 <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	Zitronenmousse <sup>(g)</sup>
Di.11.2.	 <b>Putengyros</b> Tsaziki <sup>g</sup> Bio-Vollkornreis Rotkrautsalat	 <b>Schlemmerfilet Brokkoli</b> <sup>a1,g,d</sup> Blumenkohl-Brokkolissoße <sup>a1,g</sup> Kartoffel-Süßkartoffelpüree <sup>g</sup>	Joghurt <sup>(g)</sup>
Mi.12.2.	 <b>Milchreis</b> <sup>g</sup> mit Kirsch Grütze <sup>1</sup>	 <b>Hackschmorkohl</b> <sup>a1,s</sup> mit Salzkartoffeln	Schokopudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Do.13.2.	 <b>Lammkeule</b> Thymiansoße <sup>a1,i,AL</sup> Rosenkohl <sup>g</sup> Salzkartoffeln	 <b>Rührei</b> <sup>c,g</sup> Porree in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Fr.14.2.	 <b>Seelachs Backfisch</b> <sup>a1,d</sup> mit Dillsoße <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln Tomatensalat	 <b>Zucchini-Hackfleischpfanne</b> <sup>a1,g</sup> mit Paprika Reis	Fruchtjoghurt <sup>(g)</sup>
Sa.15.2.	 <b>Erbseintopf</b> <sup>i</sup> mit Bockwurst <sup>2,3,9,s</sup>	 <b>Gedünstetes Schollenfilet</b> <sup>d</sup> Zitronensoße <sup>a1,g</sup> Buttermöhren <sup>g</sup> Salzkartoffeln	Gebäck <sup>(a,g)</sup>

Tag			Nachtsch 0,80 €	
So.16.2.		<b>Gemüsecurry</b> <sup>a1</sup> Geräucherte Tofu Würfel † Paprika, Kichererbsen Brechbohnen, Vollkornreis	 <b>Rindergulasch</b> <sup>a1,j</sup> Paprika, Zwiebeln, Tomate Kartoffelklöße <sup>5</sup>	pudding Waldmeister <sup>(1)</sup> mit Vanillesoße <sup>(g)</sup>
Mo.17.2.		<b>Vegetarisches Schnitzel</b> <sup>a1,a4,g,c</sup> Erbsen und Möhren in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	 <b>Geflügel Bratwurst</b> <sup>2,3,9</sup> Steckrüben-Möhrensoße <sup>a1,g</sup> Kartoffelpüreeg	Fruchtsaftgetränk
Di.18.2.		<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-Chilisoße Paprika, Zwiebel und Möhren Käseravioli	Joghurt dessert <sup>(g)</sup>
Mi.19.2.		<b>Germknödel</b> <sup>a1,g,c</sup> mit Vanillesoße <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>	Kuchenriegel <sup>(a1,c,g)</sup>
Do.20.2.		<b>Kalbsfrikadelle</b> <sup>a1</sup> Blumenkohl in Rahm <sup>a1,g</sup> Kräuterkartoffelpüree <sup>g</sup>	 <b>Gebäckter Feta</b> <sup>a1,a2,g</sup> Mediterranes Gemüse Reis	Quarkdessert <sup>(g)</sup>
Fr.21.2.		<b>Seelachsfriskassee</b> <sup>a1,g,d</sup> Erbsen, Möhren und Zitrone Bio Vollkornreis	 <b>Kasselerbraten</b> <sup>2,3,9,s</sup> Grünkohl mit Speck <sup>a1,j</sup> Salzkartoffeln	Joghurt <sup>(g)</sup>
Sa.22.2.		<b>Rinder Sauerbraten</b> <sup>i</sup> Bratensoße <sup>1,j,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>	Waffel <sup>(a1,c,g)</sup>
So.23.2.		<b>Vegetarische Bolognese</b> <sup>a1,f,i</sup> mit Bio-Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	 <b>Hähnchen Cordon Bleu</b> <sup>a1,g</sup> Schwarzwurzel in Rahm <sup>a1,g</sup> Salzkartoffeln	Erdbeerpudding mit Sahne <sup>(g)</sup>
Mo.24.2.		<b>Vegetarisches Chili sin Carne</b> <sup>a1,f</sup> Rote Bohnen und Mais Bio-Vollkornreis	 <b>Hähnchen-Curry</b> <sup>a1</sup> Paprika, Ananas und Lauch in Kokosmilch Vollkornnudeln <sup>a1,a2</sup>	Ochsenaugen <sup>(a,d)</sup>
Di.25.2.		<b>Kartoffelsuppe</b> <sup>i</sup> mit Suppengemüse und ein Paar Wiener Würstchen <sup>2,3,9,s</sup>	 <b>eingelegter Brathering</b> <sup>a1,j,d</sup> warmer Zwiebel-Lauchsalat Hausfrauensoße <sup>c,g</sup> Bratkartoffeln <sup>2,3,9,s</sup>	Quarkspeise <sup>(g)</sup>
Mi.26.2.		<b>Grießbrei</b> <sup>g,a1</sup> Zimtpflaumen Kompott	 <b>gebratenes Dorschfilet</b> <sup>a1,d</sup> Schmorgurkengemüse <sup>a1,g,j</sup> Salzkartoffeln	Pudding Caramel <sup>(g)</sup>
Do.27.2.		<b>Putenrollbraten</b> Paprika-Wirsingrahm <sup>a1,g</sup> Kartoffeln	 <b>Spinat-Gorgonzola Pasta</b> <sup>a1,g</sup> mit Datteln und Schleifennudeln <sup>a1,c</sup>	Milchreis <sup>(g)</sup>
Fr.28.2.		<b>Eierragout</b> <sup>a1,j,g,c</sup> Leipziger Allerei Bio Salzkartoffeln	 <b>Wildschweinsülze</b> <sup>i,s</sup> Pflaumendip <sup>a1</sup> Waldpilze <sup>g</sup> Kartoffel-Barlauchpüree <sup>g</sup>	Milchmixgetränk <sup>(g)</sup>
Sa.1.3.				
So.2.3.				
Mo.3.3.				

**Zusatzstoffe:** 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff / konserviert; 3 = mit Antioxidanzmittel; 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 Februar 24 – Rückgabe bitte bis 15. Januar 24

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

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

**Tour:**

**Vorname, Name**  
**Straße, Hausnummer**  
**PLZ, Ort**

Kundennummer:

Gericht 1 7,50 €	Gericht 2 7,50 €	Nachtisch 0,80 €	
			Sa.1.2.
			So.2.2.
			Mo.3.2.
			Di.4.2.
			Mi.5.2.
			Do.6.2.
			Fr.7.2.
			Sa.8.2.
			So.9.2.
			Mo.10.2.
			Di.11.2.
			Mi.12.2.
			Do.13.2.
			Fr.14.2.
			Sa.15.2.

Kundennummer:

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

<b>Gericht 1 7,50 €</b>	<b>Gericht 2 7,50 €</b>	<b>Nachtisch 0,80 €</b>	
			So.16.2.
			Mo.17.2.
			Di.18.2.
			Mi.19.2.
			Do.20.2.
			Fr.21.2.
			Sa.22.2.
			So.23.2.
			Mo.24.2.
			Di.25.2.
			Mi.26.2.
			Do.27.2.
			Fr.28.2.
			Sa.1.3.
			So.2.3.
			Mo.3.3.

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

**E-Mail: ear@drk-ro; EAR-Rostock**

**FAX: 0381/242799700**

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