

Kundennummer:

Name:

Tour:

Menüplan - Januar 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 €
Mi.1.1.	 Milchreis ^g mit Kirsch Grütze ¹	  Hackschmorkohl ^{a1,s} mit Salzkartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)
Do.2.1.	 Lammkeule Thymiansoße ^{a1,i,AL} Rosenkohl ^g Salzkartoffeln	 Rührei ^{c,g} Porree in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln	rote Grütze mit Sahne ^(1,g)
Fr.3.1.	 Seelachs Backfisch ^{a1,d} mit Dillsoße ^{a1,g} Salzkartoffeln Tomatensalat	  Zucchini-Hackfleischofanne ^{a1,g} mit Paprika Reis	Gebäck ^(a,d)
Sa.4.1.	 Erbseneintopf ⁱ mit Bockwurst ^{2,3,9,s}	 Gedünstetes Schollenfilet ^d Zitronensoße ^{a1,g} Buttermöhren ^g Salzkartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)
So.5.1.	 Gemüsecurry ^{a1} Geräucherte Tofu Würfel ^f Paprika, Kichererbsen Brechbohnen, Vollkornreis	 Rindergulasch ^{a1,j} Paprika, Zwiebeln, Tomate Kartoffelklöße ⁵	Quarkdessert ^(g)
Mo.6.1.	 Vegetarisches Schnitzel ^{a1,a4,g,c} Erbsen und Möhren in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln	 Geflügel Bratwurst Steckrüben-Möhrensoße ^{a1,g} Kartoffelpüree ^g	Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Di.7.1.	 Linseneintopf ⁱ Suppengemüse Bockwurst ^{2,3,9,s}	 Lachs Pasta ^{a1,g,d,k} mit Mango-Chilisoße Paprika, Zwiebel und Möhren Käseravioli	Gebäck ^(a,d)
Mi.8.1.	 Germknödel ^{a1,g,c} mit Vanillesoße ^{g,1}	 Sauerfleisch ^{i,s} Remoulade ^{g,c} Bratkartoffeln ^{2,3,9,s} Gewürzgurken Streifen ^g	Joghurt ^(g)
Do.9.1.	 Kalbsfrikadelle ^{a1} Blumenkohl in Rahm ^{a1,g} Kräuterkartoffelpüree ^g	 Gebackner Feta ^{a1,a2,g} Mediterranes Gemüse Reis	"Panna cotta" ^(g)
Fr.10.1.	 Seelachsfrikassee ^{a1,g,d} Erbsen, Möhren und Zitrone Vollkornreis	 Kasselerbraten ^{2,3,9,s} Grünkohl mit Speck ^{a1,j} Salzkartoffeln	Zitronenmousse ^(g)
Sa.11.1.	 Rinder Sauerbraten ^j Bratensoße ^{a1,i,AL} Wachsbohnen ^g Spätzle ^{a1,c}	 Gedünsteter Seehecht ^d Dillsoße ^{a1,g} Salzkartoffeln Puzsta Salat ^g	Joghurt ^(g)
So.12.1.	 Vegetarische Bolognese ^{a1,f,i} mit Vollkornnudeln ^{a1,a2}	 Hähnchen Cordon Bleu ^{a1,g} Schwarzwurzel in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln	Schokopudding mit Sahne ^(g)
Mo.13.1.	 Vegetarisches Chili sin Carne ^{a1,f} Rote Bohnen und Mais Vollkornreis	 Hähnchen-Curry ^{a1} Paprika, Ananas und Lauch in Kokosmilch Vollkornnudeln ^{a1,a2}	Quarkspeise ^(g)
Di.14.1.	 Kartoffelsuppe ⁱ mit Suppengemüse und ein Paar Wiener Würstchen ^{2,3,9,s}	 eingelegter Brathering ^{a1,j,d} warmer Zwiebel-Lauchsalat Hausfrauensoße ^{c,g} Bratkartoffeln ^{2,3,9,s}	Fruchtjoghurt ^(g)
Mi.15.1.	 Grießbrei ^{g,a1} Zimtpflaumen Kompott	 gebratenes Dorschfilet ^{a1,d} Schmorgurkengemüse ^{a1,g,j} Salzkartoffeln	Gebäck ^(a,g)

Tag			Nachtisch 0,80 €	
Do.16.1.		Putenrollbraten Paprika-Wirsingrahm ^{a1,g} Kartoffeln	 Soinat-Gorgonzola Pasta ^{a1,g} mit Datteln und Schleifennudeln ^{a1,c}	pudding Waldmeister ⁽¹⁾ mit Vanillesoße ^(g)
Fr.17.1.		Eierragout ^{a1,j,g,c} Leipziger Allerei Salzkartoffeln	 Wildschweinsülze ^{1,s} Pflaumendip ^{a1} Waldpilze ^s Kartoffel-Barlauchpüree ^s	Fruchtsaftgetränk
Sa.18.1.	 	Rinderroulade ^j Rouladensoße ^{a1,j,2,3,9,s} Rotkohl ^s Salzkartoffeln	 Schlemmerfilet Italo ^{d,g} Ratatouille ^{a1} Vollkornnudeln ^{a1,a2}	Joghurtdessert ^(g)
So.19.1.		Lachsragout ^{a1,g,h,d} in Zitronen-Hummersoße Mais und Möhren Reis	 Mecklenburger Rippenbraten Pflaumensoße ^{a1,j,i,AL} Rosenkohl ^g Salzkartoffeln	Kuchenriegel ^(a1,c,g)
Mo.20.1.		Fruchtige Tomatensoße ^{a1} mit Vollkornnudeln ^{a1,a2} gerieben Gouda ^s	 Gedünstetes Schollenfiet ^d Tomaten-Pfefferrahmsoße ^{a1,g(Pikant)} Kartoffel-Gemüsepüree ^s	Quarkdessert ^(g)
Di.21.1.		Putensteak Natur mit Backpflaumensoße ^{a1,i} Rotkohl Salzkartoffeln	 Pellkartoffeln Kräuterquark ^g Pfannengemüse (Zucchini,Paprika, Möhre)	Joghurt ^(g)
Mi.22.1.		Rührei ^{c,g} Rahmspinat ^{a1,g} Karoffelpüree ^g	 Himmel und Erde Blutgrützwurst ^{a1,s} Kartoffel-Apfelpüree ^g Röstzwiebel ^g	Waffel ^(a1,c,g)
Do.23.1.		Wildschweingulasch ^{a1,i,AL} Preiselbeeren und Maronen Kartoffelklöße ^s	 Gedünstetes Lachsfilet ^d Rahmspinat mit Tomaten ^{a1,g} Salzkartoffeln	Erdbeerpudding mit Sahne ^(g)
Fr.24.1.	 	Fisch-Soljanka ^{a1,d} Seelachs, Paprika Gewürzgurke,Zwiebeln, Dill Tomaten Würfel und Zitrone, Vollkornbrot ^{a1,ab}	  Hackbraten ^{a1,c,j} Hackbratensoße ^{a1,j} Mischgemüse ^g Salzkartoffeln	Ochsenauge ^(a,d)
Sa.25.1.		Schweinegeschnetzeltes ^{a1,g,AL} Züricher Art Champignons und Zwiebel Vollkornreis	 Vegetarisches Schnitzel ^{a1,a4,g,c} Brechbohnen in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln	Quarkspeise ^(g)
So.26.1.		Pangasius-Fischroulade ^{a1,d,f} Brokkolicremefüllung Paprikasoße ^{a1} Kartoffeln	 Kalbsrahmgulasch ^{a1,g} mit Kapern Spätzle ^{a1,c}	Pudding Caramel ^(g)
Mo.27.1.		Vegetarisches Linsencurry ^{a1} mit Möhren,Brokkoli Limette und Koriander dazu Reis	 Hühnerfrikassee ^{1,g} Erbsen und Möhren Kartoffeln	Milchreis ^(g)
Di.28.1.		Hähnchenbrust Natur Kräuterrahmsoße ^{a1,g} bunte Möhren ^g und Salzkartoffel	 Fischfrikadelle ^{a1,c,d} Dillsoße ^{a1,g} Reis Gurkensalat	Milchmixgetränk ^(g)
Mi.29.1.		Gefüllte Zucchini ^{a1,g,c} mit Tomaten-Kräutersoße ^{a1} und Kartoffel-Selleriepüreeg	 Kohlroulade ^{a1,c,j} Kohlsoße ^{a1} Salzkartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)
Do.30.1.		gebackenes Schweinefilets Pfefferrahmsoße ^{a1,g} Brechbohne Spätzle ^{a1,c}	 Kaiserschmarrn ^{a1,c} mit Vanillesoße ^{g,1}	Vanillepudding mit Soße ^(g)
Fr.31.1.		gedünsteter Seelachs ^d Zitronen-Hummersoße ^{a1,g,h} Möhrenrohkost Salzkartoffeln	 Bratwurst ^{2,3,9s} Kohlrabi-Möhren in Rahm ^{a1,g} Salzkartoffeln	Schokoladenpudding ^(g)

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 Januar 24 – Rückgabe bitte bis 15. Dezember 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 €	
			Mi.1.1.
			Do.2.1.
			Fr.3.1.
			Sa.4.1.
			So.5.1.
			Mo.6.1.
			Di.7.1.
			Mi.8.1.
			Do.9.1.
			Fr.10.1.
			Sa.11.1.
			So.12.1.
			Mo.13.1.
			Di.14.1.
			Mi.15.1.

Kundennummer:

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen

Gericht 1 7,50 €	Gericht 2 7,50 €	Nachtisch 0,80 €	
			Do.16.1.
			Fr.17.1.
			Sa.18.1.
			So.19.1.
			Mo.20.1.
			Di.21.1.
			Mi.22.1.
			Do.23.1.
			Fr.24.1.
			Sa.25.1.
			So.26.1.
			Mo.27.1.
			Di.28.1.
			Mi.29.1.
			Do.30.1.
			Fr.31.1.

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

E-Mail: ear@drk-ros EAR-Rostock

FAX: 0381/242799700

Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.