

Menüplan - Juli 2024

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

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

Tag	Gericht 1 7,00 €	Gericht 2 7,50 €	Gericht 3 7,50 €	Nachtisch 0,80 €
Mo.1.7.	***	Hähnchenschnitzel ^(a1,c) mit Kohlrabi in Rahm ^(a1,g) und Salzkartoffeln	Szegediner Schweinegulasch ^(S,a1) mit Kartoffeln	Fruchtjoghurt ^(g)
Di.2.7.	***	Schmorgurken mit magerem Hackfleisch ^(a1,g,s) und Kartoffeln	Matjesfilet ^(d) "Hausfrauen Art" ^(c,g,i,j) Bratkartoffeln ^(S,2,3) & Lauchsalat	Quarkdessert ^(g)
Mi.3.7.	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch ^(S,2,i) und Kartoffelwürfeln	Bratwurst ^(S,i) mit Porreegemüse ^(a1,g) und Kartoffeln	Hähnchenbrust ^(a1,g,i) fruchtiger Curry-Ananassoße und Reis	Gebäck ^(a1)
Do.4.7.	***	Bolognese nach "Jäger Art" Hackfleischsoße mit Champignons ^(S,a1,g) und Kartoffeln	Gebratene Schweineleber ^(a1,S) mit geschmorten Zwiebel und und Kartoffelpüree ^(g)	Fruchtsaftgetränk
Fr.5.7.	Grießbrei ^(a1,g) mit roter Grütze ⁽¹⁾	Putenfrikadelle ^(a1,c,j,g) mit Blumenkohl ^(a1,g) und Salzkartoffeln	gebratenes Lachsfilet ^(d) mit Blattspinat ^(a1,g) und Kartoffeln	Joghurt ^(g)
Sa.6.7.	***	Kalbsfrikassee ^(a1,g) mit Erbsen und Spargel dazu Kartoffeln	geschmorte Lammkeule ^(j,i) mit Knoblauch-Rosmarin Soße ^(a1,j,i) dazu Zucchini-Paprikagemüse und Kartoffeln	Vanillewaffel ^(a1,c)
So.7.7.	***	Kaninchenrollbraten mit herzhafter Soße ^(a1,i) Honig-Möhren und Kartoffeln	Rindergulasch ^(a1,g,i,i) mit Maronen, Preiselbeeren und Kartoffeln	rote Grütze mit Sahne ^(1,g)
Mo.8.7.	***	Kohlroulade ^(2,3,5,a1) mit herzhafter Kohlsoße ^(a1,i) und Kartoffeln	gedünsteter Seelachs ^(a1,g,d) mit Steckrüben-Möhren-Soße ^(a1,g) und Kartoffeln	Milchmixgetränk ^(1S)
Di.9.7.	***	Bratheringsfilet ^(a1,d,j,8) süß-sauer mit Zwiebelsalat und Röstkartoffeln ^(S,2,3)	Wurstgulasch mit Paprika und Zwiebeln ^(a1,j,S,2,3) dazu Spiralnudeln ^(a1)	Fruchtquark ^(g)
Mi.10.7.	Erbseintopf ^(S,2,3,i,j) mit Bockwurst ^(S,2,3,9) und Kartoffelwürfeln	Geflügel Hackfleischröllchen ^(a1,c,i) mit Letscho ^(a1) und Kartoffeln	Kalbsgeschnetzeltes in Zwiebel-Lauch- Parmesansoße ^(a1,g) und Reis	Kuchenriegel ^(1S,2,3,5)
Do.11.7.	***	Bechamel-Kartoffeln ^(a1,g) 1 Scheibe Kasselerbraten ^(S,2,3) Speck ^(2,3,9,5) und Zwiebeln in Soße.	Putensteak natur mit Jägersoße ^(a1,g) und Kartoffeln Rotkrautsalat	Milchreis ^(1S) mit Früchten
Fr.12.7.	Eieromelett ^(c,g) mit Bratkartoffeln ^(2,3,9,5) und Gewürzgurke ⁽⁸⁾	Fischfrikadelle ^(a1,c,d,i,j) mit Dillsoße ^(a1,g) Kartoffeln und Gurkensalat	Schweineschnitzel ^(S,a1,c) mit Kohlrabi-Möhrengemüse ^(a1,i,g) und Kartoffeln	Joghurt ^(1S)
Sa.13.7.	***	Hähnchenkeule mit Geflügelsoße ^(a1,c,g,i,j) Erbsen und Kartoffeln	Kaninchengeschnetzeltes ^(a1,g) mit Spargel und Champignons dazu Kartoffeln	Zitronenmousse ^(1S)
So.14.7.	***	Lammgulasch ^(a1,j,i) mit Rosmarin-Thymian, Wurzelgemüse und Kartoffelklößen ^(2,3,5)	geschmorter Rindsbraten mit herzhafter Soße ^(a1,g,j,i) Wachsbohnen und Spätzle ^(a1,c)	Pudding Caramel ^(g)
Mo.15.7.	***	gebratene Buttermakrele ^(a1,d) auf Gurken-Paprikarahm ^(a1,g,i) mit Kartoffeln	Zucchini- Hackfleischpfanne mit Tomaten ^(S,a1) und Kartoffelpüree ^(g)	Vanillejoghurt ^(1S)

Tag	Gericht 1 7,00 €	Gericht 2 7,50 €	Gericht 3 7,50 €	Nachtisch 0,80 €
Di.16.7.	***	Putenfleisch süß-sauer ^(f,i) , mit Ananas und Curryreis	Schweinesteak ^(s) mit Spargelsoße ^(a1,g) und Kräuterkartoffeln	Fruchtsaftgetränk
Mi.17.7.	Kräuterquark ^(v,g) mit Salzkartoffeln, Möhrensalat	Hausgemachte Fischsülze ^(d,8,i) mit Remouladensoße ^(g,c,8) Bratkartoffeln ^(s,2) und Gurkensalat	Kochklops vom Huhn ^(a1,c) mit Petersiliensoße ^(a1,g,i) , Kartoffeln und Gurkensalat	Joghurtdessert ^(g)
Do.18.7.	***	Gebrautes Doschfilet ^(d,a1) mit Senfkornsoße ^(j,i,g) , Brokkoli und Kartoffeln	gedünstete Putenbrust Kräutersoße ^(a1,g,i) , Blumenkohl und Kartoffeln	Quarkdessert ^(g)
Fr.19.7.	bunter Salat mit Hähnchenbrust verschiedene Blattsalate und Gemüse mit Dressing ^(c,g)	Kartoffelaufbau ^(a1,g,c) mit Hähnchen, Blattspinat und Käse ^(g)	Hackbraten ^(a1,c,i) mit Karotten und Erbsen ^(a1,g,i) und Kartoffeln	Ochsenauge ^(a,d)
Sa.20.7.	***	Pilzgulasch ^(s,a1,g,i,j) mit Kartoffelklößen ^(2,3,5)	Braten von der Hirschkeule mit herzhafter Soße ^(a1,j,i) Prinzessbohnen und Kartoffeln	Erdbeerpudding mit Sahne ^(g)
So.21.7.	***	Spanferkelbraten ^(s,2,a1,g,i) "Bavrisch Kraut" vom Spitzkohl ^(s,2,3) und Kartoffeln	Geschmortes Paprikahuhn ^(a1,g) mit Nudeln ^(a1) . Weißkrautsalat	"Panna cotta" ^(a,d)
Mo.22.7.	***	naturelles Putenschnitzel Kräutersoße ^(a1,g,i) , Ratatouille und Kartoffeln	Rindfleischstreifen Zwiebel- Meerrettichsoße ^(a1,g,i) mit Salzkartoffeln, Rote Bete ⁽⁸⁾	Fruchtquark ^(a,d)
Di.23.7.	***	Matjessalat "Schwedische Art" ^(d,i,j) mit Bratkartoffeln ^(s,2,3)	Kalbsfrikadelle ^(a1,c) in pikanter Soße ^(a1,g) , mit Perlzwiebeln ⁽⁸⁾ und Kartoffeln	Zitronenwaffel ^(a1,c)
Mi.24.7.	Rührei © mit Rahmspinat ^(a1,g) und Salzkartoffeln	Bauernroulade ^(s,a1,c,f) mit Specksoße ^(s,2,3) , Kohlrabi und Kartoffeln	Geflügelbratwurst mit Möhrengemüse ^(a1,g) und Kartoffeln	Joghurtdessert ^(a,d)
Do.25.7.	***	Schweinebraten ^(s,i) mit Sauerkraut ^(s,2,3) und Kartoffeln	Putengeschnetzeltes "Mailänder Art" ^(a1,g,i) Paprika, Möhren, Champignon und Reis	Pudding Cappuschino ^(a,d)
Fr.26.7.	Linseneintopf ^(s,2,i,j) mit Knacker ^(s,2,3) und Kartoffelwürfeln	Kalbfleisch in Gurken-Senfsoße ^(a1,g,i,j) mit Kartoffeln, Tomatensalat	Fischfilet ^(a1,c,d) überbacken Kräutersoße ^(a1,g) und Kartoffeln	Fruchtsaftgetränk
Sa.27.7.	***	Rahmgeschnetzeltes ^(s,a1,g) mit Champignons und Gurken ⁽⁸⁾ , Kartoffelrösti	Schnitzel "Cordon bleu" ^(s,a1,g,1,2,3) Maiskölbchen und Kartoffeln	Lütticher Waffel ^(a1,c)
So.28.7.	***	Rostbraten ^(s) mit Pilzrahmsauce ^(a1,g,i) Leipziger Allerlei und Kartoffeln	Lammragout in mediterraner Soße ^(a1,i) mit Paprika, Oliven, dazu Reis	Schokoladenpudding mit Soße ^(g)
Mo.29.7.	***	Hähnchengulasch ungarisch ^(a1,i,j) mit Kartoffeln	Sauerfleisch ^(s,i) mit Bratkartoffeln ^(s,2,3,9) und Remoulade ^(c,8,g) . Gewürzgerurke ⁽⁸⁾	Fruchtquark ^(a,d)
Di.30.7.	***	pikanter Heringsalat ^(c,d,g,i) mit Kräuterkartoffeln	Curryhuhn mit Curry-Gemüse-Soße ^(a1,i) und Kräuterrreis ⁽ⁱ⁾	Milchmixgetränk ^(a,d)
Mi.31.7.	Kartoffelsuppe ^(s,2,3,i) mit Bockwurst ^(s,2,3,9)	Kassler-Sauerkraut- Pfanne ^(s,2,3,a1,i) mit Kartoffeln	Fischroulade ^(a1,t,d) gefüllt mit Brokkoli, dazu Kräuter-Tomatensoße ^(a1,i,g) , Reis	Gebäck ^(a,d)

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 Juli 24 – Rückgabe bitte bis 15. Juni 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 7,00 €	Gericht 2 7,50 €	Gericht 3 7,50 €	Nachtisch 0,80 €	
****				Mo.1.7.
****				Di.2.7.
				Mi.3.7.
****				Do.4.7.
				Fr.5.7.
****				Sa.6.7.
****				So.7.7.
****				Mo.8.7.
****				Di.9.7.
				Mi.10.7.
****				Do.11.7.
				Fr.12.7.
****				Sa.13.7.
****				So.14.7.
****				Mo.15.7.
****				Di.16.7.

Kundennummer:

Bitte die Menge des gewählten Essens nur mit Zahlen eintragen

Gericht 1 7,00 €	Gericht 2 7,50 €	Gericht 3 7,50 €	Nachtsch 0,80 €	
				Mi.17.7.
****				Do.18.7.
				Fr.19.7.
****				Sa.20.7.
****				So.21.7.
****				Mo.22.7.
****				Di.23.7.
				Mi.24.7.
****				Do.25.7.
				Fr.26.7.
****				Sa.27.7.
****				So.28.7.
****				Mo.29.7.
****				Di.30.7.
				Mi.31.7.

**Postanschrift: DRK Kreisverband Rostock e.V. -Bürgerservice-, Trelleborger Str.11, 18107 Rostock
Onlin: www.bestellung-drk-rostock.de**

E-Mail: ear@drk-rostock.de APP: EAR-Rostock

FAX: 0381/242799700

Gern können Sie auch dem Fahrer das ausgefüllte Bestellformular überreichen.