Speiseplan für die Woche vom 09.10. - 15.10.2023

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4
Montag 09.10.2023	**Kokos-Currytopf mit Hähnchenfleisch und Gemüse***20w,26,25,28,29 **Apfel** ☐	**Maccaroni***20W,23,26 **mit Jägerschnitzel***20W,23,3,5, **dazu Tomatensauce***20W,1,31 **und Reibekäse***26, **Apfel** ☐	**Schweinebraten mit Dunkelbiersauce***20W,28,29,31 **dazu Sauerkraut***31 **und Kartoffeln***2,31 **Apfel** ☐	**Maccaroni***20W,23,26 **mit Tomatensauce***20W,1,31 **und Reibekäse***26 **Apfel** ☐
Dienstag 10.10.2023	**Grießbrei***20w,26 **mit warmen Kirschen dazu Zucker & Zimt Früchtekompott** ☐	**Gekochte Eier***23 **in Senfsauce***20w,26,28,29**,dazu Rotkohl***31 **und Kartoffeln***2,31 **Früchtekompott** ☐	**Gedünstetes Seelachsfilet***21 **mit Möhren-Kohlrabigemüse ***20w,26 **und Kartoffelstampf ***2,31,26 **Früchtekompott** ☐	**Gedünstetes Seelachsfilet***21 **mit Möhrengemüse***20w,26 **und Kartoffelstampf***2,31,26 **Früchtekompott** ☐
Mittwoch 11.10.2023	**Rahmspinat***20W,26 **mit Schnittlauchrührei***23 **und Kartoffeln***2,31 **Joghurt***26 ☐	**Schweinekopfsülze***2,3,4,9, **dazu Remouladensauce***1,2,9,26,29 **Bratkartoffeln***2,3,31 **und buntem Salat***5 **Joghurt***26 ☐	**Hähnchenbrust natur mit Gartengemüse***26 **dazu Rahmsauce***20w,26 **und Penne Nudeln Joghurt***26 ☐	**Hähnchenbrust natur mit Möhrengemüse***26 **und Kartoffeln***2,31 **Joghurt***26 ☐
Donnerstag 12.10.2023	**Kartoffel-Gemüsepfanne***2,31 **mit einem Dip***26 **Gebäck***20w ☐	**Polenta-Hackfleisch Auflauf***20W,26,31,1 **dazu Tomatensauce***20W,26,1,31 **und ein Salat***5**, Gebäck***20w ☐	**Schweinegulasch***20w **Semmelknödel***20w **und ein Salat* Gebäck***20w ☐	**Schweinegulasch***20w **dazu Semmelknödel***20w **und Möhrengemüse***26 **Gebäck***20w ☐
Freitag 13.10.2023	**Tellerrösti überbacken***26 **mit Gemüse in Tomatenrahm** *20w,1,31 **dazu ein Salat und Kräuterschmand***26 **Frischobst** ☐	**Heringshappen***23,26,3,8 **in Sahne-Sauce, dazu Kartoffeln***31,2 **und Gurkensalat Frischobst** ☐	**Puten-Cordon Bleu***20,26,3,31,5 **mit buntem Gemüse***26 **dazu Kartoffeln***31,2 **Frischobst** ☐	**Tellerrösti überbacken***26 **mit Gemüse in Tomatenrahm** *20w,1,31 **dazu ein Salat und Kräuterschmand***26 **Frischobst** ☐
Samstag 14.10.2023	**Laucheintopf mit Fadennudeln***20W,23,26 **und Suppenklößchen***20W,23 **Pudding*26** ☐	***Die Mitarbeiter der AWO Freiberg wünschen Ihnen "Guten Appetit"!***	**Quarkkeulchen***20W,23,26 **mit Apfelmus und Zucker Pudding*26** ☐	***Bestellung unter Telefon 03731 795 593***
Sonntag 15.10.2023	**Schweineschnitzel***20W,23,26 **mit Leipziger Allerlei***26 **und Kartoffeln***31,2 **Apfelmus** ☐	AWO	**Hähnchengeschnetzeltes***20W **mit Erbsen***26 **und Kartoffelpüree***31,2,26 **Apfelmus** ☐	Unsere Empfehlung zur Schonkost ist bei unspezifischen Unverträglichkeiten als Basisdiät geeignet. Zusatzstoffe und Allergenkennzeichnungen auf www.awo-freiberg.de

✂ ..... (cut here)

Bestellung für die Woche vom 09.10 - 15.10.2023

Name, Vorname

	Mo	Die	Mi	Do	Fr	Sa	So
Menü 1							
Menü 2							
Menü 3							
Menü 4							