

WÄHLEN SIE À LA CARTE

Gültig ab 1. Juni 2014



Das Original - Die Menü-Manufaktur Hofmann

Wir stehen seit jeher für **Qualität, Vielfalt und Frische** und leben bereits seit **über 50 Jahren** unseren Manufaktur-Gedanken bis heute.

So pflegen wir langjährige Partnerschaften mit handverlesenen Lieferanten und verarbeiten auf traditionell-handwerkliche Weise tagtäglich frische Rohwaren direkt vor Ort in unserer Menü-Manufaktur.

Hauseigene Einrichtungen wie Metzgerei, Maultaschenfertigung, Pfannkuchenbäckerei, Kartoffelverarbeitung sowie eine Gewürzküche ermöglichen es uns, hausinterne Produktionsabläufe zu verwirklichen.



Wir kochen seit jeher auf traditionell-handwerkliche Weise – wie Sie zu Hause

- ✓ braten unsere Bratkartoffeln in der Pfanne an
- ✓ schmecken unsere Soßen durch die langjährige Erfahrung unserer Küchen-Meister fachmännisch ab
- ✓ stellen unsere Gemüse- und Fleischfonds selbst her
- ✓ braten unsere Fleischprodukte klassisch an – der Bratensaft bildet die Basis für unsere hausgemachten Soßen

Und arbeiten mit viel Liebe zum Detail

- ✓ handwerkliches Schaschlik- und Räuberspießstecken, fachmännisches Rouladenwickeln von Hand
- ✓ sorgfältiges Pfannkuchen-Füllen und -Rollen
- ✓ kunstvolles Rollen der Prinzessböhnchen im Speckmantel

*... Das Leben
genießen*



Der echte Geschmack.

Manufaktur natur

**Wir garantieren unverfälschten
Geschmack unserer Menüs:**

- ✓ keine Geschmacksverstärker
- ✓ keine Konservierungsstoffe*
- ✓ keine künstlichen Farbstoffe
- ✓ keine künstlichen Aromastoffe
- ✓ keine naturidentischen Aromastoffe
- ✓ keine aufgeschlossenen
Pflanzeneiweiße
- ✓ kein Hefeextrakt

Traditioneller Genuss aus der Menü-Manufaktur Hofmann

Als Menü-Manufaktur liegen uns die Qualität und der Geschmack unserer Menüs sehr am Herzen. Wir wollen unseren Kunden ein gutes Gefühl beim Verzehr unserer traditionell hergestellten Mahlzeiten bieten. Ein unverfälschter Geschmack und traditionelle Gewürze ohne Zusätze sind das Merkmal unserer neuen – für Sie entwickelten – Speisen. Alle unsere Rezepturen wurden von unseren Entwicklungsköchen überarbeitet, damit Sie einen originalen und natürlichen Geschmack genießen können! Probieren Sie die neue Manufaktur-Handschrift und lassen Sie sich von unserem Natur-Takt überzeugen ...

Der heutige Lebensstil und das Gesundheitsbewusstsein unserer Gesellschaft befinden sich im Wandel. Die Forderung nach sauberen Produkten, die klar deklariert sind, wird immer größer. Mit Tradition verbinden wir Vertrauen und dieses Vertrauen in unsere Menüs wollen wir Ihnen schenken.

Wir bieten Ihnen natürliche Menüs aus unserer Menü-Manufaktur und garantieren unverfälschten Geschmack unserer Menüs: **keine Geschmacksverstärker, keine Konservierungsstoffe*, keine künstlichen Farbstoffe, keine künstlichen Aromastoffe, keine naturidentischen Aromastoffe, keine aufgeschlossenen Pflanzeneiweiße, kein Hefeextrakt.**

Die langjährige hervorragende Produktqualität wird regelmäßig mit dem »Preis der Besten« in Gold prämiert.



* mit Ausnahme von Nitritpökelsalz

Die Menü-Manufaktur Hofmann - Das Original



Unsere bewährten Klassiker *Vollkost ab Seite 9*

- Rind • Kalb • Schwein • Hackfleisch und Wurst
- Geflügel • Fisch • Nudel-Spezialitäten
- Eintöpfe • Süßspeisen • Vegetarische Menüs



Unsere bewährten
Klassiker

Premium-Menüs *Vollkost ab Seite 19*



Premium-Menüs

Unsere Bekömmlichen *Vollkost ab Seite 22*

- Rind • Kalb • Schwein • Hackfleisch und Wurst
- Geflügel • Fisch • Nudel-Spezialitäten
- Eintöpfe • Süßspeisen • Vegetarische Menüs



Unsere Bekömmlichen

Piccolino *Vollkost ab Seite 31*

- Rind • Schwein • Hackfleisch und Wurst
- Geflügel • Fisch • Nudel-Spezialitäten
- Eintöpfe • Süßspeisen • Vegetarische Menüs



Piccolino

Wohlfühl-Menüs *Kostform-Varianten ab Seite 41*

- Rind • Kalb • Schwein • Hackfleisch und Wurst
- Geflügel • Fisch • Eintöpfe • Süßspeisen
- Vegetarische Menüs



Wohlfühl-Menüs

Wochenkartons

Vollkost/Kostform-Varianten ab Seite 52

- Suppen mit BE-Angabe • Unsere bewährten Klassiker
- Unsere Bekömmlichen • Piccolino • Wohlfühl-Menüs mit BE-Angabe
- Mundgerechte Menüs mit BE-Angabe • Vegetarische Kost
- Pürierte Menüs mit BE-Angabe



Wochenkartons

Trink-Menü ab Seite 62



Trink-Menü

Kostformen / Kennzeichnungen

Vollkost

Leckere Menüs für diejenigen, die im Wesentlichen alles essen dürfen.

Piccolino Vollkost

Wenn es etwas weniger sein darf.

Kostform-Varianten

Hier finden Sie genau das Richtige, wenn Sie besonders auf Ihre Ernährung achten müssen.

Leichte Vollkost

Nach den heutigen ernährungsphysiologischen Erkenntnissen und klinischen Erfahrungen wird Leichte Vollkost anstelle organbezogener Schonkost empfohlen, z. B. für leber-, magen- und galleempfindliche Personen.

Für diese Kostform verwenden wir Lebensmittel, die erfahrungsgemäß leicht verdaulich sind, und bevorzugen Garmethoden, die eine gute Bekömmlichkeit erwarten lassen.

BE: Angabe der Broteinheiten pro Portion

Zur einfachen Kontrolle der Broteinheiten ist der Wert bis 5,0 BE pro Portion angegeben.

Cholesterinverminderte Menüs

Für eine cholesterinbewusste Ernährung empfehlen wir Ihnen alle Menüs, die Angaben unter 110 mg pro Portion enthalten. Cholesterinverminderte Menüs erkennen Sie an der farblich hervorgehobenen Cholesterin-Angabe (z. B. **106**).

Natriumverminderte Menüs

Natriumverminderte Menüs enthalten maximal 0,25 g Natrium pro 100 g. Natriumverminderte Menüs erkennen Sie an der farblich hervorgehobenen Natrium-Angabe (z. B. **0,24**).

Vegetarische Menüs

Diese Menüs enthalten keinerlei Fleischprodukte. Die ideale, abwechslungsreiche Ergänzung für alle, die keinen Fisch oder kein Fleisch essen möchten.

Mundgerechte Menüs / Pürierte Menüs

Beide besonders verzehrfreundlichen Kostformen sind gut verträglich und mit Broteinheiten (BE) gekennzeichnet. Die pürierten Menüs sind besonders empfehlenswert, wenn Sie Schwierigkeiten beim Kauen haben. Hauptgericht und Beilagen sind getrennt püriert und einzeln angerichtet.

Hofmann Trink-Menü

Die Trink-Menüs sind besonders geeignet bei Kau- und Schluckbeschwerden. Die Konsistenz kann auf Ihre individuellen Bedürfnisse angepasst werden.

Nährwerte

Die Nährwerte pro 100 g umfassen Energie (kJ, kcal), Fett [g], davon gesättigte Fettsäuren (ges. FS) [g], Kohlenhydrate (KH) [g], davon Zucker [g], Eiweiß [g], Salz [g].












Bei geeigneten Menüs werden die Broteinheiten (BE) pro Portion sowie die Werte Cholesterin und Natrium pro Portion und pro 100 g genannt.

Preisklassen

Kennzeichnung der Menüs mit Preisklassen von A bis G (nur relevant, wenn Ihr Menü-Lieberservice ein Preisklassen-System anbietet).

Piktogramme

Beachten Sie bitte unsere Piktogramme, die Ihnen die gezielte Menüauswahl nach bestimmten Zutaten und Merkmalen erleichtern:

-  enthält Rindfleisch
-  enthält Schweinefleisch
-  enthält Geflügel
-  enthält Fisch
-  Vegetarische Menüs
-  enthält Alkohol
-  würzige Knoblauchnote
-  enthält Gluten 
-  enthält Laktose 

Wenn Sie Fragen zu Allergenen in unseren Produkten haben, wenden Sie sich bitte an unsere Ansprechpartner. Hier erhalten Sie von uns detaillierte, auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Informationen.

Bei der Darstellung unserer Menüspezialitäten handelt es sich um Serviervorschläge, Abweichungen bleiben vorbehalten.

Abweichungen in Folge von Druckfehlern oder kurzfristigen Änderungen bleiben vorbehalten.

Unsere bewährten Klassiker

Vollkost



Unsere bewährten Klassiker

Vollkost: Rind/Kalb

Pfeffergulasch D

Rindfleisch in pikanter Soße mit Zwiebeln und Paprika, dazu Spätzle-Nudeln mit Bröseln



Best.-Nr. 1119

Fleisch-Einwaage: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 490 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 439 kJ (104 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,53 g

Stroganoff-Topf F

geschnetzeltes Rindfleisch in sahniger Soße mit Champignons, Gurken und Zwiebeln, Spätzle mit Bröseln

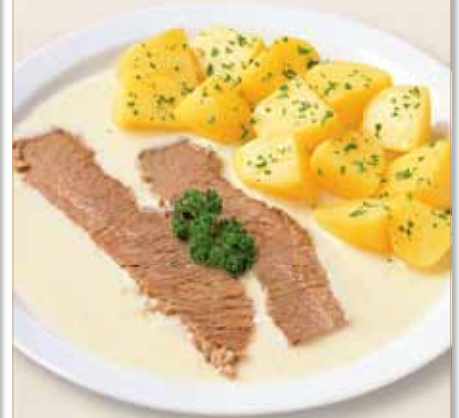


Best.-Nr. 8094

⑨
 Fleisch-Einwaage: 90 g
 Gesamt-Einwaage: 500 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 547 kJ (130 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 14 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 0,95 g

Gekochte Rinderbrust E

in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 8115

③ ⑤
 Fleisch-Einwaage: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 550 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 576 kJ (138 kcal);
 Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 10 g,
 davon Zucker 3 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,93 g

Rindergeschnetzeltes »Delicato« E

zarte Rindfleischstreifen in dunkler Senfsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Knöpfle-Spätzle



Best.-Nr. 8127

Fleisch-Einwaage: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 440 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 467 kJ (111 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 0,97 g

Zartes Kalbsschnitzel paniert F

mit Mandelsplittern garniert, in delikater Rahmsoße, dazu Broccoliröschen und Pariser Karotten, Rösti-Ecken



Best.-Nr. 8300

20)
 Fleisch-Einwaage inkl. Panade: 100 g
 Gesamt-Einwaage: 460 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 553 kJ (132 kcal);
 Fett 6 g, davon ges. FS 1 g; KH 12 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,29 g

Kalbshacksteak »Romanow« D

garniert mit gemischten Pilzen, in delikater Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhrrchen, Rösti-Taler



Best.-Nr. 8308

20)
 Hacksteak-Einwaage: 90 g
 Gesamt-Einwaage: 490 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 576 kJ (138 kcal);
 Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,53 g



Vollkost: Kalb/Schwein

Kalbsgeschnetzeltes »Zürcher Art« F

in Champignon-Sahnesoße mit Weißwein abgeschmeckt, dazu Spätzle mit Bröseln



Best.-Nr. 8310

Fleisch-Einwaage: **80 g**
Gesamt-Einwaage: **520 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 567 kJ (135 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 14 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 1,63 g

3 Kalbsbratwürste D

hausgemachte Bratwürste in würziger Bratensoße, dazu Spinat und Bratkartoffeln mit Zwiebeln



③ 20) **Best.-Nr. 8312**

Wurst-Einwaage: **130 g**
Gesamt-Einwaage: **540 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 789 kJ (190 kcal);
Fett 14 g, davon ges. FS 3 g; KH 9 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 2,15 g

Schweineschnitzel »Mailand« F

paniert, mit Käse garniert, dazu italienische Gemüsesoße und Gabelspaghetti



⑦ **Best.-Nr. 8002**

Fleisch-Einwaage inkl. Panade: **130 g**
Gesamt-Einwaage: **590 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 550 kJ (131 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 14 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,90 g

Deftiger Schweinsbraten D

in dunkler Bratensauce mit Kümmel garniert, dazu Sauerkraut mit Speck, hausgemachte Semmelknödel



⑦ **Best.-Nr. 8216**

Fleisch-Einwaage: **100 g**
Gesamt-Einwaage: **510 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 678 kJ (162 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 13 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 9 g; Salz 1,67 g

Sahnegeschnetzeltes E

Schweinegeschnetzeltes in Champignon-Sahnesoße, mit buntem Pfannengemüse, Bauernspätzle mit Bröseln



NEU



Best.-Nr. 8225

Fleisch-Einwaage: **80 g**
Gesamt-Einwaage: **480 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 610 kJ (146 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,92 g

Schweineroulade »Hausfrauen Art« E

fachmännisch von Hand gewickelte Roulade mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung, in Bratensoße mit Zwiebeln, dazu Frühlingsgemüse und Schnittlauchkartoffeln



⑦ **Best.-Nr. 8232**

Rouladen-Einwaage: **100 g**
Gesamt-Einwaage: **550 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 439 kJ (105 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,91 g

Unsere bewährten Klassiker

Vollkost: Schwein/Hackfleisch und Wurst

Bayerischer Schweinebraten F

in Bratensoße, dazu Bayerisch Kraut und gekochte hausgemachte Kartoffelklöße



NEU



⑦

Best.-Nr. 8237

Fleisch-Einwaage: **100 g**

Gesamt-Einwaage: **550 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 539 kJ (129 kcal);

Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,

davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,99 g

Knödelteller D

4 Bauernknödel mit Selchfleischfülle, Sauerkraut mit Speck, Bratensoße



NEU



⑦

Best.-Nr. 8253

Fleisch-Einwaage: **45 g**

Gesamt-Einwaage: **520 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 416 kJ (99 kcal);

Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,

davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,44 g

Klassisches Thai-Curry F

in aromatisch-scharfer Kokosnuss-Soße, mit Schweinefleisch, Kartoffelwürfeln, Prinzessbohnen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis



NEU



⑦

Best.-Nr. 8279

Fleisch-Einwaage: **80 g**

Gesamt-Einwaage: **550 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 678 kJ (162 kcal);

Fett 8 g, davon ges. FS 1 g; KH 15 g,

davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,29 g

Szegediner Gulasch D

Schweinegulasch, mit Sauerkraut in herzhafter Soße, dazu Serviettenknödel



Best.-Nr. 8284

Fleisch-Einwaage: **80 g**

Gesamt-Einwaage: **440 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 849 kJ (204 kcal);

Fett 14 g, davon ges. FS 3 g; KH 11 g,

davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 1,17 g

Deftige Bauernschlachtplatte E

Kasseler Nacken, gepökelttes Bauchfleisch, hausgemachte Bratwurst und Leberknödel, Sauerkraut mit Speck, dazu Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln



③ ⑦

Best.-Nr. 8421

Fleisch-/Wurst-/Leber-Einwaage: **160 g**

Gesamt-Einwaage: **650 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 525 kJ (126 kcal);

Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 7 g,

davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,30 g

Hausmacher Bratwurst D

aus eigener Herstellung, in dunkler Soße, dazu Kartoffelpüree und Apfelrotkohl



Best.-Nr. 1005

Wurst-Einwaage: **120 g**

Gesamt-Einwaage: **540 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 542 kJ (130 kcal);

Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,

davon Zucker 4 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,27 g



Vollkost: Hackfleisch und Wurst

Cevapcici D

Hackfleischröllchen mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt, bunte Balkansoße, Reis Dubrovnik



⑦ **Best.-Nr. 8033**

Fleisch-Einwaage: 100 g
Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 624 kJ (149 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 3 g; KH 14 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,13 g

Fränkische Bratwürste D

hausgemachte Bratwürste, dazu Sauerkraut mit Speck, Kartoffelpüree



⑦ ⑧ **Best.-Nr. 8040**

Wurst-Einwaage: 120 g
Gesamt-Einwaage: 600 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 508 kJ (122 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 6 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,53 g

Hackfleischklößchen »Zigeuner Art« D

in pikanter Zucchini-Paprikasoße, Käse-Maccaroni



Best.-Nr. 8097

Hackfleischklößchen-Einwaage: 90 g
Gesamt-Einwaage: 550 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 624 kJ (149 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 15 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,93 g

Herzhaftes Schweinstöpfchen E

hausgemachte Bratwurst, gefüllte Schweinelende und saftiges Hacksteak in dunkler Soße, dazu Kräuter-Knöpfe



Best.-Nr. 8223

Fleisch-/Wurst-Einwaage: 110 g
Gesamt-Einwaage: 540 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 641 kJ (153 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 14 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 8 g; Salz 1,05 g

2 Pfefferfrikadellen E

mit grünem Pfeffer garniert, in kräftiger Bratensoße, grüne Bohnen, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln



Best.-Nr. 8404

Frikadellen-Einwaage: 120 g
Gesamt-Einwaage: 510 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 522 kJ (125 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,11 g

Hausgemachte Fleischwurst D

auf Wirsinggemüse, mit Kartoffelpüree



③ ⑦ ⑧ **Best.-Nr. 8449**

Wurst-Einwaage: 120 g
Gesamt-Einwaage: 620 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 491 kJ (118 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,23 g

Unsere bewährten Klassiker

Vollkost: Geflügel

Gegrilltes Hähnchenbrustfilet »California« F

mit Nudeln in Sahneseife, garniert mit Lauch, Käse und Pfirsichwürfeln



Best.-Nr. 8027

Fleisch-Einwaage: 100 g

Gesamt-Einwaage: 590 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 513 kJ (122 kcal);

Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 14 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,68 g

Curryhuhn E

Hühnerfleisch in milder Currysoße mit Ananas, Erbsen, Karotten und Champignons, dazu Reis



Best.-Nr. 8037

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 500 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 493 kJ (117 kcal);

Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 16 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,90 g

Feine Hähnchentaler F

Hähnchenbrustfiletstücke in Joghurtsoße, garniert mit Broccoli und Tomatenwürfeln, dazu Bandnudeln



NEU



Best.-Nr. 8505

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 411 kJ (98 kcal);

Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,71 g

Putengeschnetzeltes »Försterin Art« F

in Sahneseife mit Champignons, Gemüsereis



⑦

Best.-Nr. 8510

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 550 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 442 kJ (105 kcal);

Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,75 g

Hähnchenbrustfilet »Italien Style« F

im Backteig, dazu italienische Gemüsesoße mit Gemüsepaprika, grünen Bohnen, Tomaten, Champignons und Zwiebeln verfeinert, Spaghettinudeln



Best.-Nr. 8525

Fleisch-Einwaage inkl. Panade: 100 g

Gesamt-Einwaage: 560 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 442 kJ (105 kcal);

Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,97 g

Hähnchen »Swiss« D

feine Hähncheninnenfilets in würziger Pfeffer-Käsesoße mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree



Best.-Nr. 8534

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 460 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 434 kJ (104 kcal);

Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,97 g



Vollkost: Fisch/Nudel-Spezialitäten

Schwedenplatte D

Alaska-Seelachsfilet natur in Tomaten-Senfsoße, Salzkartoffeln



NEU



Best.-Nr. 8703

Fisch-Einwaage: **110 g**
Gesamt-Einwaage: **520 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 374 kJ (89 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 9 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,83 g

Scholle E

paniert und goldbraun gebraten, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 8705

Fisch-Einwaage inkl. Panade: **130 g**
Gesamt-Einwaage: **400 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 695 kJ (166 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 17 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,79 g

Alaska-Seelachsfiletschnitte »España« F

mit Grillgemüse, dazu Reis-Wildreismischung



NEU



Best.-Nr. 8706

Fisch-Einwaage inkl. Marinade: **140 g**
Gesamt-Einwaage: **540 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 499 kJ (119 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,04 g

Kräuterfisch F

Alaska-Seelachsfilet mit Kräutercreme, garniert mit Käse, bunte Gemüseplatte, Salzkartoffeln



NEU



Best.-Nr. 8711

Fisch-Einwaage: **100 g**
Gesamt-Einwaage: **460 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 419 kJ (100 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 6 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 0,75 g

Seelachsfilet E

paniert und goldgelb gebacken, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 8719

Fisch-Einwaage inkl. Panade: **140 g**
Gesamt-Einwaage: **420 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 644 kJ (154 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 13 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,97 g

Bandnudeln mit Lachsfiletschnitten E

in feiner Zitronen-Sahnesoße mit Weißwein verfeinert, dazu Broccoli



NEU



Best.-Nr. 8004

Fisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **480 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 465 kJ (111 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,24 g

Unsere bewährten Klassiker

Vollkost: Nudel-Spezialitäten/Eintöpfe

Gabelspaghetti alla Bolognese D

mit pikanter Hackfleischsoße (Rind und Kalb) und geriebenem Hartkäse



Best.-Nr. 8011

Fleisch-Einwaage: 50 g
 Gesamt-Einwaage: 490 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 510 kJ (121 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 16 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,79 g

BIO Bunter Nudelteller F

Variation aus Nudel-Spezialitäten: Tortelloni mit Ricotta-Spinatfüllung in heller Soße, Spinat-Spaghetti und Orecchiette mit pikanter Hackfleischsoße (Rind)



Best.-Nr. 8057

Fleisch-Einwaage: 10 g
 Gesamt-Einwaage: 540 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 447 kJ (106 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 16 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,94 g

Ungarischer Feuertopf D

scharfer Eintopf aus Kidney-Bohnen, Kartoffeln, buntem Paprika, Mais, Zwiebeln und Speckwürfeln, dazu hausgemachte Cabanossi-Wurst



Best.-Nr. 8800

Wurst-Einwaage: 140 g
 Gesamt-Einwaage: 640 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 459 kJ (110 kcal);
 Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,41 g

Schwäbisches Linsengericht C

mit 1 Paar hausgemachten Wiener Würstchen, Bauernspätzle mit Bröseln



Best.-Nr. 8801

Wurst-Einwaage: 100 g
 Gesamt-Einwaage: 600 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 655 kJ (157 kcal);
 Fett 9 g, davon ges. FS 3 g; KH 12 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,15 g

Kartoffelsuppe »Norddeutsche Art« B

mit Karotten, Zwiebeln und Lauch, dazu 1 Paar Bockwürstchen aus unserer hauseigenen Metzgerei



Best.-Nr. 8803

Wurst-Einwaage: 100 g
 Gesamt-Einwaage: 600 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 434 kJ (104 kcal);
 Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,11 g

Erbseintopf C

mit 1 Paar Debrecziner Würstchen, verfeinert mit Suppengrün und Blattspinat



Best.-Nr. 8804

Wurst-Einwaage: 100 g
 Gesamt-Einwaage: 600 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 427 kJ (102 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,30 g



Vollkost: Eintöpfe/Süßspeisen/Vegetarische Menüs

Hohenloher Eintopf D

schmackhafter Eintopf aus Steckrüben, Grießknockerln, Weißkohl und Rindfleisch



NEU



Best.-Nr. 8815

Fleisch-Einwaage: 40 g
Gesamt-Einwaage: 570 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 260 kJ (62 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 6 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,98 g

Kaiserschmarrn B

hausgemacht, mit Zimt und Zucker bestreut, Apfelpommt



Best.-Nr. 8905

Gesamt-Einwaage: 490 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 601 kJ (143 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 20 g,
davon Zucker 13 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,38 g

Süßer Reisauflauf B

mit Fruchtsoße, aus Erdbeeren, Sauerkirschen, Äpfeln, Heidelbeeren und Himbeeren



3) **Best.-Nr. 8934**

Gesamt-Einwaage: 560 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 456 kJ (108 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 19 g,
davon Zucker 11 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,08 g

Herzhafter Nudelteller D

deftige Nudelkreation aus Käsespätzle »Allgäuer Art«, hausgemachten Gemüse-Maultaschen und Bandnudeln mit Pilzrahmsoße, verfeinert mit Weißwein



NEU



Best.-Nr. 8001

Gesamt-Einwaage: 550 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 638 kJ (152 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 19 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,14 g

Nudelplatte C

Variation aus Nudel-Spezialitäten: Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße



Best.-Nr. 8024

Gesamt-Einwaage: 600 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 553 kJ (132 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 16 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,11 g

Mediterrane Zucchini-Pfanne D

mit Ebyl-Weizen



NEU



Best.-Nr. 8028

Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 490 kJ (117 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 14 g,
davon Zucker 4 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,56 g

Unsere bewährten Klassiker

Vollkost: Vegetarische Menüs

Käsespätzle »Allgäuer Art« C

mit Röstzwiebeln




Best.-Nr. 8029

Gesamt-Einwaage: 580 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 763 kJ (182 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 4 g; KH 20 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,95 g

Mozzarella-Kartoffel-Plätzchen C

garniert mit Tomatenscheiben und Käse, dazu Gemüseplatte naturell





Best.-Nr. 8067

Gesamt-Einwaage: 550 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 368 kJ (88 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,88 g

Mediterranes Grillgemüse D

Gemüsepaprika, Zucchini, Auberginen und Zwiebeln, mit Olivenöl abgeschmeckt, dazu Steinpilzrisotto





Best.-Nr. 8964

Gesamt-Einwaage: 560 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 390 kJ (93 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 12 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,83 g

10 Regeln der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung)

1. Die Lebensmittelvielfalt genießen
2. Reichlich Getreideprodukte sowie Kartoffeln
3. Gemüse und Obst – Nimm »5 am Tag«
4. Milch- und Milchprodukte täglich, Fisch ein- bis zweimal in der Woche, Fleisch, Wurstwaren sowie Eier in Maßen
5. Wenig Fett und fettreiche Lebensmittel
6. Zucker und Salz in Maßen
7. Reichlich Flüssigkeit
8. Schonend zubereiten
9. Sich Zeit nehmen und genießen
10. Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben



Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE

1. Die Lebensmittelvielfalt genießen
 Vielfältige Essen und Trinken beinhaltet eine abwechslungsreiche Auswahl, zugehörig mehrere Nahrungsmittelgruppen (pflanzliche und tierische Lebensmittel) sowie ein breites Spektrum an verschiedenen Lebensmitteln. Dazu haben eine gesundheitlich bewusste Mischung und ausreichende Vielfalt eine wichtige Ernährungsaussage.

2. Reichlich Getreideprodukte sowie Kartoffeln
 Brot, Getreidebrot, Nudeln, Reis, Kartoffeln, Vollkornbrot, Vollkornmehl, Müllersellerie, Bismarckbohnen, Kartoffeln und Getreidegerichte sind wichtige Bestandteile der Ernährung. Getreide und Kartoffeln liefern wichtige Nährstoffe wie Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe. Ein Teil der Getreideprodukte sollte Vollkorn sein. Eine halbe Tellerfülle aus Brot oder Nudeln ist eine gute Portion.

3. Gemüse und Obst – Nimm »5 am Tag«
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Gemüse und Obst liefern wichtige Nährstoffe wie Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe. Ein Teil der Gemüse- und Obstportionen sollte roh konsumiert werden. Ein Teil sollte gekocht werden. Ein Teil sollte gebacken werden. Ein Teil sollte gedünstet werden. Ein Teil sollte gedünstet werden.

4. Milch- und Milchprodukte täglich, Fisch ein- bis zweimal in der Woche, Fleisch, Wurstwaren sowie Eier in Maßen
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Milch- und Milchprodukte liefern wichtige Nährstoffe wie Kalzium, Eiweiß und Vitamin B12. Fisch, Fleisch, Wurstwaren und Eier liefern wichtige Nährstoffe wie Eiweiß, Eisen und Vitamin B12. Ein Teil der Milch- und Milchprodukte sollte fettarm sein. Ein Teil der Milch- und Milchprodukte sollte Vollfett sein. Ein Teil der Milch- und Milchprodukte sollte Vollfett sein.

5. Wenig Fett und fettreiche Lebensmittel
 Ein Teil der Milch- und Milchprodukte sollte fettarm sein. Ein Teil der Milch- und Milchprodukte sollte Vollfett sein. Ein Teil der Milch- und Milchprodukte sollte Vollfett sein.

6. Zucker und Salz in Maßen
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Zucker und Salz sind wichtige Nährstoffe, die in Maßen konsumiert werden sollten. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte zuckerhaltig sein. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte zuckerhaltig sein.

7. Reichlich Flüssigkeit
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Flüssigkeit ist ein wichtiger Bestandteil der Ernährung. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte flüssig sein. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte flüssig sein.

8. Schonend zubereiten
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Schonend zubereiten ist ein wichtiger Bestandteil der Ernährung. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte schonend zubereitet sein. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte schonend zubereitet sein.

9. Sich Zeit nehmen und genießen
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Sich Zeit nehmen und genießen ist ein wichtiger Bestandteil der Ernährung. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte langsam konsumiert werden. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte langsam konsumiert werden.

10. Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben
 Getreide, Getreidegerichte und Obst sind die wichtigsten Lebensmittel, um den Energiebedarf zu decken. Auf das Gewicht achten und in Bewegung bleiben ist ein wichtiger Bestandteil der Ernährung. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte in Maßen konsumiert werden. Ein Teil der Getreide- und Obstportionen sollte in Maßen konsumiert werden.

www.dge.de

Quelle: www.dge.de

Premium-Menüs

Vollkost



Premium-Menüs

<p>Filettöpfchen »Jäger Art« F</p> <p><i>zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen und Fingermöhrrchen, Spätzle</i></p> <div style="text-align: right;">     </div>  <p>⑦ Best.-Nr. 1053</p> <p>Fleisch-Einwaage: 120 g Gesamt-Einwaage: 590 g Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g: Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,76 g</p>	<p>Sieben-Schwaben-Topf F</p> <p><i>paniertes Schweineschnitzel, hausgemachte Schwäbische Maultasche (g.g.A.) und Schweinelendchen in Rahmsoße, Spätzle mit Bröseln</i></p> <div style="text-align: right;">    </div>  <p>⑦ Best.-Nr. 8068</p> <p>Fleisch-Einwaage: 90 g Gesamt-Einwaage: 530 g Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g: Energie 635 kJ (151 kcal); Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 18 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,85 g</p>	<p>2 Rinderrouladen F</p> <p><i>»Hausfrauen Art«, fachmännisch von Hand gewickelte Rouladen mit Speck- und Zwiebelfüllung, Apfelrotkohl, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln</i></p> <div style="text-align: right;">    </div>  <p>⑦ Best.-Nr. 8111</p> <p>Rouladen-Einwaage: 120 g Gesamt-Einwaage: 570 g Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g: Energie 536 kJ (128 kcal); Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g, davon Zucker 5 g; Eiweiß 8 g; Salz 1,12 g</p>
--	---	---

g. g. A. = geschützte geografische Angabe

Wir von der Menü-Manufaktur Hofmann verwenden seit Jahren für die Zubereitung unserer Menüspezialitäten ernährungsphysiologisch **hochwertiges Rapsöl**.

Rapsöl gilt wegen seiner idealen Fettsäurenverteilung als eines der wertvollsten Speiseöle. Die Fettsäurezusammensetzung ist von Natur aus ideal verteilt, sodass die gesundheitliche Wirkung sogar höher als die von Oliven- und Sonnenblumenöl ist.

Reichlich enthalten sind beispielsweise die mehrfach ungesättigten Fettsäuren Omega 3 und Omega 6, die der Mensch nicht selber bilden kann und daher mit der Nahrung aufnehmen muss. Ein hoher Anteil an einfach ungesättigten Fettsäuren sowie ein nur geringer Anteil an gesättigten Fettsäuren (7%) runden die gesundheitlichen Vorteile von Rapsöl perfekt ab.

Dennoch gilt für eine ausgewogene Ernährung:
Nicht zuviel, aber das richtige Fett verzehren!
 Für Erwachsene empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) höchstens 30 Prozent der täglichen Nahrungsenergie aus Fett zu sich zu nehmen.



Schnitzel »Altbayerische Art« F

Schweineschnitzel mit Meerrettich-Senf-Panade, garniert mit Röstzwiebeln und Käse, dazu Semmelknödel in Pilz-Sahnesoße mit Weißwein verfeinert



NEU



Best.-Nr. 8293

Fleisch-Einwaage inkl. Panade: 100 g
Gesamt-Einwaage: 440 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 749 kJ (179 kcal);
Fett 9 g, davon ges. FS 3 g; KH 15 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 1,23 g

Hirschbraten G

in Preiselbeer-Rahmsoße mit Rotwein verfeinert und Pilzen garniert, dazu Knöpfele-Spätzle und Apfelrotkohl



NEU



Best.-Nr. 8603

Fleisch-Einwaage: 100 g
Gesamt-Einwaage: 560 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 516 kJ (123 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 4 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,92 g

Herzhafter Zwiebelrostbraten G

mit Prinzessbohnen im würzigen Speckmantel und deftigen Bratkartoffeln



NEU



Best.-Nr. 8621

⑦

Fleisch-Einwaage: 120 g
Gesamt-Einwaage: 550 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 763 kJ (183 kcal);
Fett 11 g, davon ges. FS 2 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 1,36 g

Edel gefüllte Poulardenbrust G

mit Morchel-Sahnefüllung, verfeinert mit Weinbrand, in fruchtiger Tomatensoße, dazu gegrillte Zucchiniwürfel und Gnocchi



NEU



Best.-Nr. 8625

Fleisch-Einwaage inkl. Füllung: 140 g
Gesamt-Einwaage: 550 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 516 kJ (123 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 9 g; Salz 1,14 g

Italienische Antipastiplatte F

Auswahl an Pesto-Spaghetti mit Artischockenherzen, dazu gegrillte Auberginen und Zucchini, Paprikawürfel und Cherytomaten mit Bärlauchdip



NEU



Best.-Nr. 8639

Gesamt-Einwaage: 530 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 586 kJ (141 kcal);
Fett 9 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,00 g

Wildlachs à la Florentin F

Wildlachsfiletstücke in feiner Rahmspinat-Soße, mit Weißwein verfeinert, dazu Bandnudeln



NEU



Best.-Nr. 8787

Fisch-Einwaage glaciert: 120 g
Gesamt-Einwaage: 490 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 465 kJ (111 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker <1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,98 g

Unsere Bekömmlichen

Vollkost



Zarter Sauerbraten **D**

Apfelrotkohl, gekochte Kartoffelklöße



Best.-Nr. 7118

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 490 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 383 kJ (91 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 5 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,96 g

Pikantes Rindergulasch **C**

Erbsen und Fingermöhren, Kartoffel-
schmarrn



Best.-Nr. 7119

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 490 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 345 kJ (82 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,81 g

Gemischte Bratenplatte **C**

Rind- und Schweinefleisch, Karotten-
gemüse mit Petersilie, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 7123

Fleisch-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 460 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 402 kJ (96 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,77 g



Der **Sauerbraten** gehört zu den beliebtesten
traditionellen Gerichten in Deutschland.

Seinen fein-säuerlichen Geschmack erhält
er durch das mehrtägige Einlegen des
Rindfleischs in eine würzige Marinade aus
Essig, Pfeffer und Gewürzen.



Rinderleber »Berliner Art« **B**

in feiner Zwiebelsoße mit Apfelscheiben
und Pariser Karotten, Kartoffelpüree mit
Bröseln



Best.-Nr. 7127

Fleisch-Einwaage: 100 g
Gesamt-Einwaage: 560 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 485 kJ (116 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,90 g

Unsere Bekömmlichen Vollkost: Kalb/Schwein

Gefüllter Kalbsbraten C

mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsoße, Rosenkohl, Schlingli-Nudeln



Best.-Nr. 7314

Fleisch-/Brät-Einwaage: 70 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 519 kJ (124 kcal);

Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,80 g

Kasseler Braten D

in Soße, grüne Bohnen, Salzkartoffeln



③ ⑦

Best.-Nr. 7202

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 400 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 320 kJ (76 kcal);

Fett 2 g, davon ges. FS <1 g; KH 9 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,85 g

Rahmschnitzel C

vom Schwein, Möhrchen und Erbsen, Bauernspätzle mit Bröseln



⑦

Best.-Nr. 7211

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 470 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal);

Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 12 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,69 g

Kasseler Nacken mit Sauerkraut C

Kartoffelpüree



③ ⑦

Best.-Nr. 7215

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 530 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 380 kJ (91 kcal);

Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 7 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,18 g

Thüringer Rostbrät D

Schweinenackensteak in Soße, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln



Best.-Nr. 7217

Fleisch-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 500 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 451 kJ (108 kcal);

Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,86 g

Bayerischer Schweinebraten C

in Bratensoße, Apfelrotkraut, gekochte Kartoffelklöße



Best.-Nr. 7218

Fleisch-Einwaage: 70 g

Gesamt-Einwaage: 480 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 474 kJ (113 kcal);

Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 5 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,10 g

Vollkost: Schwein/Hackfleisch und Wurst

Unsere Bekömmlichen

Schweinebraten C

in herzhafter Soße, Rosenkohl, Salzkartoffeln




Best.-Nr. 7219

Fleisch-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 402 kJ (96 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,88 g

Hessisches Schmandschnitzel C

paniertes Schweineschnitzel in Sauer-
rahmsoße, dazu Wirsinggemüse und
Salzkartoffeln





Best.-Nr. 7225

Fleisch-Einwaage inkl. Panade: 80 g
Gesamt-Einwaage: 490 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 593 kJ (142 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,92 g

Mini-Hackfleischklößchen B

auf Schmorkohl, mit Salzkartoffeln




Best.-Nr. 7405

⑦ Klößchen-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 530 kJ (127 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,04 g

Gefüllte Paprikaschote C

mit Hackfleisch, in würziger Soße, Reis




Best.-Nr. 7407

⑦ Gewicht der Füllung: 120 g
Gesamt-Einwaage: 520 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 553 kJ (132 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 13 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,20 g

Kohlroulade C

mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße,
Salzkartoffeln




Best.-Nr. 7411

⑦ Kohlrouladen-Einwaage: 120 g
Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 456 kJ (109 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 11 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,95 g

Fleischkäse A

mit Zwiebelschmelze garniert, dazu
Karottengemüse und Stampfkartoffeln





Best.-Nr. 7412

③ ⑦ ⑧ Fleischkäse-Einwaage: 120 g
Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 721 kJ (174 kcal);
Fett 14 g, davon ges. FS 4 g; KH 7 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,37 g

Unsere Bekömmlichen

Vollkost: Hackfleisch und Wurst/Geflügel

2 Frikadellen B

in herzhafter Soße, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree



⑦ **Best.-Nr. 7417**

Frikadellen-Einwaage: **90 g**

Gesamt-Einwaage: **490 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 468 kJ (112 kcal);

Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker 4 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,11 g

Fränkische Bratwürste B

auf Sauerkraut angerichtet, mit Kartoffelpüree



⑦ ⑧ **Best.-Nr. 7422**

Wurst-Einwaage: **100 g**

Gesamt-Einwaage: **550 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 491 kJ (118 kcal);

Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,45 g

Königsberger Klopse B

in Kapernsoße, Langkorn-Reis mit Erbsen



Best.-Nr. 7452

Klößchen-Einwaage: **100 g**

Gesamt-Einwaage: **500 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 644 kJ (154 kcal);

Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 15 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,04 g

Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße A

Hähnchenbrustfiletstücke mit Spätzle-Nudeln



Best.-Nr. 7501

Fleisch-Einwaage: **60 g**

Gesamt-Einwaage: **430 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 482 kJ (115 kcal);

Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 11 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,94 g

Hähnchenbrustfilet »natur« A

in würziger Soße, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree



Best.-Nr. 7505

Fleisch-Einwaage: **80 g**

Gesamt-Einwaage: **500 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 340 kJ (81 kcal);

Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
davon Zucker 4 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,06 g

Gegrillter Putenbraten C

in Bratensoße, Apfelrotkohl, hausgemachte Serviettenknödel



Best.-Nr. 7509

Fleisch-Einwaage: **80 g**

Gesamt-Einwaage: **500 g**

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 462 kJ (110 kcal);

Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 12 g,
davon Zucker 4 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,14 g

Vollkost: Geflügel/Fisch

Hähnchen »Cordon bleu«

C

zartes paniertes Hähnchenschnitzel, gefüllt mit Putenformschinken und Käse, Karottengemüse in Petersiliensoße, Kartoffelpüree



①

Best.-Nr. 7510

Fleisch-Einwaage inkl. Panade: 100 g
Gesamt-Einwaage: 410 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 464 kJ (111 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,02 g

Putenbruststreifen »Italia«

C

in Tomaten-Kräutersoße, feine Bandnudeln



Best.-Nr. 7514

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 440 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 317 kJ (75 kcal);
Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,92 g

Hähnchenkeule

C

mit Soße, Apfelrotkohl und Salzkartoffeln



Best.-Nr. 7520

Fleisch-Einwaage: 140 g
Gesamt-Einwaage: 530 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 411 kJ (98 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker 4 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,02 g

Unsere Bekömmlichen

Panierter Seelachs

D

in Filetform, mit Kohlrabi, Blumenkohl, Sellerie, Porree, Erbsen, Karottenstreifen, Béchamelkartoffeln



Best.-Nr. 7712

Fisch-Einwaage inkl. Panade: 80 g
Gesamt-Einwaage: 450 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 510 kJ (122 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,99 g

Alaska-Seelachs paniert

D

in Filetform, Kräuter-Senfsoße, Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 7713

Fisch-Einwaage inkl. Panade: 150 g
Gesamt-Einwaage: 420 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 573 kJ (137 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 13 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,92 g

Wildlachs à la Florentin

D

Wildlachsfiletstücke in feiner Rahmspinat-Soße, dazu Bandnudeln



NEU

Best.-Nr. 7714

Fisch-Einwaage glaciert: 80 g
Gesamt-Einwaage: 450 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 465 kJ (111 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
davon Zucker <1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,05 g

Unsere Bekömmlichen

Vollkost: Fisch/Nudel-Spezialitäten

Lachsfiletschnitte C

in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert,
Gemüsereis



Best.-Nr. 7717

Fisch-Einwaage: **90 g**
 Gesamt-Einwaage: **470 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 445 kJ (106 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,63 g

Gemüsepfanne mit Mini-Gemüsemais B

Karotten, rote Paprika, Erbsen, Mais und
Champignons, mit Kräutern verfeinert



Best.-Nr. 7606

Gesamt-Einwaage: **500 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 568 kJ (135 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 20 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,22 g

Spaghetti »Neptun« A

in sahniger Tomaten-Lauchsoße, mit
Alaska-Seelachsfiletstücken



NEU



Best.-Nr. 7608

Fisch-Einwaage: **35 g**
 Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 462 kJ (110 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 14 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,71 g

Schinken-Nudeln mit Rührei A

und magerem, rohem Schinken



Best.-Nr. 7609

^①
 Schinken-Einwaage: **40 g**
 Gesamt-Einwaage: **440 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 641 kJ (153 kcal);
 Fett 7 g, davon ges. FS 1 g; KH 14 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,98 g

Spaghetti »Mediterran« A

in Tomatensoße mit Gemüse und rohen
Schinkenwürfeln



NEU



Best.-Nr. 7611

^①
 Schinken-Einwaage: **20 g**
 Gesamt-Einwaage: **510 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 300 kJ (71 kcal);
 Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 12 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,81 g

Nudeln mit Hackfleischsoße A

pikant gewürztes Rind- und Kalbfleisch,
geriebener Käse



NEU



Best.-Nr. 7612

Fleisch-Einwaage: **50 g**
 Gesamt-Einwaage: **420 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 564 kJ (134 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 16 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,83 g

Vollkost: Eintöpfe/Süßspeisen

Linseneintopf

A

mit gekochter Mettwurst



NEU



③ ⑦

Best.-Nr. 7812

Wurst-Einwaage: 100 g
Gesamt-Einwaage: 600 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 422 kJ (101 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,32 g

Wirsing-Eintopf

B

mit Kartoffeln und Schweinefleischwürfeln



⑦

Best.-Nr. 7817

Fleisch-Einwaage: 50 g
Gesamt-Einwaage: 550 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 269 kJ (64 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 6 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,81 g

Milchreis

A

mit Sauerkirschen



Best.-Nr. 7911

Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 445 kJ (105 kcal);
Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 22 g,
davon Zucker 14 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,05 g

Unsere Bekömmlichen

Apfelstrudel

B

mit Vanillesoße



Best.-Nr. 7913

Gesamt-Einwaage: 480 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 775 kJ (185 kcal);
Fett 9 g, davon ges. FS 2 g; KH 23 g,
davon Zucker 12 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,03 g

Hefeklöße

A

mit Heidelbeerfüllung, Vanillesoße



Best.-Nr. 7916

Gesamt-Einwaage: 410 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 695 kJ (165 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 26 g,
davon Zucker 7 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,05 g

Eierpfannkuchen mit Heidelbeerfüllung A

Vanillesoße



Best.-Nr. 7918

Gesamt-Einwaage: 420 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 695 kJ (166 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 20 g,
davon Zucker 9 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,14 g

Unsere Bekömmlichen

Vollkost: Vegetarische Menüs

2 Spiegeleier A

auf Spinat, Salzkartoffeln






Best.-Nr. 1314

Gesamt-Einwaage: **480 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 348 kJ (83 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,81 g

Kartoffelküchle A

mit Champignonsoße







Best.-Nr. 7622

Gesamt-Einwaage: **420 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 436 kJ (104 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,18 g

Broccoli-Bandnudeln B

in Pilz-Sahnesoße







Best.-Nr. 7623

Gesamt-Einwaage: **480 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 391 kJ (93 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,90 g

Weitere vegetarische Vollkost-Menüs finden Sie auf den Seiten 17/18 sowie 21 und 28.

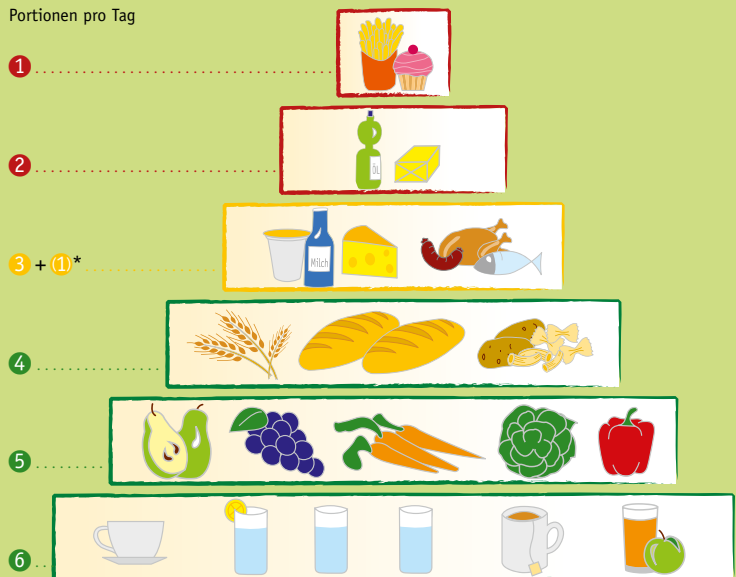
Frau Ressel, was bedeutet eigentlich »5 am Tag«?

Der griffige Titel dieser Ernährungskampagne will uns allen näherbringen, 5 Portionen Gemüse und Obst täglich zu verzehren. Drei Portionen davon sollten Gemüse oder Salat sein, die anderen beiden Obst.

Gabriele Ressel, Diätassistentin.



Portionen pro Tag



* 2 - 3 x Woche Fleisch, mind. 1 x Seefisch

Piccolino

Vollkost



Piccolino

Piccolino

Vollkost: Rind/Schwein

Karlsbader Rahmgulasch C

Rindfleisch in Rahmsoße mit gemischten Pilzen und Speckwürfeln, Spätzle mit Bröseln



⑦

Best.-Nr. 6074

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 380 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 735 kJ (176 kcal);

Fett 10 g, davon ges. FS 2 g; KH 13 g,

davon Zucker 1 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,88 g

Zarter Sauerbraten D

mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6243

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 380 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 354 kJ (84 kcal);

Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,

davon Zucker 4 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,87 g

Jägerbraten D

Rinderbraten mit Champignons, buntes Gemüse, Kartoffelklöße



Best.-Nr. 6520

Fleisch-Einwaage: 50 g

Gesamt-Einwaage: 380 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 445 kJ (106 kcal);

Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,

davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,39 g

Gulaschpfanne D

vom Rind, mit buntem Paprika, Zwiebeln und Champignons, Schlingli-Nudeln



Best.-Nr. 6525

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 380 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 396 kJ (94 kcal);

Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,

davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,89 g

Ungarisches Gulasch B

Rind- und Schweinefleisch in würziger Soße mit Zwiebeln und Paprika, gekochte Kartoffelklöße mit Bröseln



Best.-Nr. 6021

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 300 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 621 kJ (148 kcal);

Fett 6 g, davon ges. FS 1 g; KH 14 g,

davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 1,31 g

Kasseler Nacken B

hausgemachtes, geräuchertes Kasseler, Sauerkraut mit Speck, Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln



③ ⑦

Best.-Nr. 6055

Fleisch-Einwaage: 70 g

Gesamt-Einwaage: 340 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 417 kJ (100 kcal);

Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,

davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,26 g



Vollkost: Schwein

Schweinegeschnetzeltes »Griechische Art« C

in pikanter Tomatensoße mit Zucchini und Königserbsenschoten, dazu Reismudeln



NEU



Best.-Nr. 6227

Fleisch-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 380 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 573 kJ (137 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,96 g

Spießbraten B

Wirsinggemüse, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6521

⑦
Fleisch-Einwaage: 50 g
Gesamt-Einwaage: 350 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 377 kJ (90 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 7 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,91 g

Kasseler Braten C

in Bratensoße, buntes Gemüse mit heller Mascarponesoße, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6523

③ ⑦
Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 380 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 340 kJ (81 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,05 g

Rahmschnitzel vom Schwein C

grüne Bohnen, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6524

Fleisch-Einwaage: 40 g
Gesamt-Einwaage: 370 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 357 kJ (85 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,01 g

Schaschlikpfanne A

gewürfeltes Schweinefleisch in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken, Langkorn-Reis



Best.-Nr. 6720

⑦
Fleisch-/Speck-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 380 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 547 kJ (130 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 16 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,11 g

Szegediner Gulasch A

Schweinefleischwürfel in Soße mit Sauerkraut, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6723

Fleisch-Einwaage: 40 g
Gesamt-Einwaage: 380 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 436 kJ (104 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,06 g

Piccolino

Vollkost: Hackfleisch und Wurst

Hacksteak »Classico« A

in pikanter Soße, mit Apfelrotkohl und Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 6083

Hacksteak-Einwaage: 60 g
 Gesamt-Einwaage: 360 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 428 kJ (102 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
 davon Zucker 3 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,11 g

Mini-Hackfleischklößchen »Italiano« A

aus Schweine- und Rindfleisch, in cremiger Käsesoße mit Blattspinat, Cherytomaten und Makronelli-Nudeln, garniert mit Mozzarella



Best.-Nr. 6436

Hackfleischklößchen-Einwaage: 60 g
 Gesamt-Einwaage: 410 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 715 kJ (171 kcal);
 Fett 9 g, davon ges. FS 4 g; KH 15 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,21 g

Würstchengulasch B

in Tomatensahnesoße, Karotten, Broccoli, Blumenkohl und Erbsen, Hörnchennudeln



③ ⑦ ⑧

Best.-Nr. 6541

Wurst-Einwaage: 60 g
 Gesamt-Einwaage: 390 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 505 kJ (121 kcal);
 Fett 7 g, davon ges. FS 3 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,86 g

Hausmacher Bratwurst B

2 Stück, auf Bayrisch Kraut, Kartoffelpüree



⑦

Best.-Nr. 6542

Wurst-Einwaage: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 480 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 545 kJ (131 kcal);
 Fett 9 g, davon ges. FS 3 g; KH 7 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,23 g

Hacksteak auf Wirsing A

Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6545

Hacksteak-Einwaage: 60 g
 Gesamt-Einwaage: 360 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 439 kJ (105 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,03 g

Putenhackröllchen A

auf buntem Gemüse, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6738

Hackröllchen-Einwaage: 40 g
 Gesamt-Einwaage: 380 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 439 kJ (105 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,97 g

Vollkost: Geflügel

Hähnchentaler »4-Pfeffer« C

Hähnchentaler in Vier-Pfefferrahmsoße, dazu Steinpilzrisotto



NEU



Best.-Nr. 6502

Fleisch-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 415 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 499 kJ (119 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 12 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,32 g

Hähnchenbrustfilet E

Spinat, Béchamelkartoffeln



Best.-Nr. 6528

Fleisch-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 420 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 303 kJ (72 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,17 g

Putenschinken auf Wirsing C

Salzkartoffeln



③ ⑦

Best.-Nr. 6552

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 430 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 294 kJ (70 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS <1 g; KH 7 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,02 g

Putengulasch B

Broccoli und Karotten, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6553

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 360 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 303 kJ (72 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS <1 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,06 g

Hähnchenbrustfilets »Bärlauch« A

in Bärlauch-Rahmsoße, ZucchiniGemüse, Spätzle



Best.-Nr. 6554

Fleisch-Einwaage: 50 g
Gesamt-Einwaage: 330 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 408 kJ (97 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,86 g

Curryhuhn A

gewürfeltes Hühnerfleisch in fruchtiger Currysoße mit Ananas und Erbsen, Langkorn-Reis



Best.-Nr. 6741

Fleisch-Einwaage: 40 g
Gesamt-Einwaage: 370 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 513 kJ (122 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS <1 g; KH 16 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,06 g

Fischfilet »Italiano« C

Alaska-Seelachsfilet in feiner Gemüse-Sahnesoße, mit Safran verfeinert, dazu Karotten-Reis



Best.-Nr. 6052

Fisch-Einwaage: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 400 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 442 kJ (105 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,99 g

Seelachs »Poseidon« D

paniert, in Filetform, mit Gemüse-Béchamelkartoffeln



Best.-Nr. 6530

Fisch-Einwaage inkl. Panade: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 330 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 519 kJ (124 kcal);
 Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 12 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,02 g

Fischpfanne »Nordsee« A

Fischfrikadelle paniert, Gemüse und Kartoffelwürfel in heller Soße



Best.-Nr. 6570

Frikadellen-Einwaage inkl. Panade: 60 g
 Gesamt-Einwaage: 380 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 362 kJ (86 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS <1 g; KH 12 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,07 g

Seelachs paniert D

in Filetform, Schnittlauchsoße, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6572

Fisch-Einwaage inkl. Panade: 80 g
 Gesamt-Einwaage: 330 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 613 kJ (147 kcal);
 Fett 9 g, davon ges. FS 4 g; KH 11 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,03 g

Alaska-Seelachsfilet »Verdura« B

Broccoli-Käsesoße, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6573

Fisch-Einwaage: 100 g
 Gesamt-Einwaage: 370 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 300 kJ (71 kcal);
 Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 8 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,83 g

Gratinierte Cannelloni A

Nudelteigröllchen mit Fleischbrätfüllung, auf Tomaten-Hackfleischsoße, mit Béchamelsoße und Käse überbacken



Best.-Nr. 6005

Fleisch-Einwaage: 40 g
 Gesamt-Einwaage: 410 g
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 573 kJ (137 kcal);
 Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 12 g,
 davon Zucker 3 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,37 g

Vollkost: Nudel-Spezialitäten

Rigatoni al forno B

in fein-würziger Gemüse-Hackfleischsoße (Rind), überbacken mit Käse



Best.-Nr. 6030

Fleisch-Einwaage: 40 g
Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 550 kJ (131 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 15 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,90 g

Maccaroniplatte A

Maccaroni-Nudeln mit fruchtiger Tomatensoße, hausgemachter Krakauer und gekochtem Vorderschinken, überbacken mit Käse



③ ⑦ ⑧

Best.-Nr. 6068

Wurst-/Schinken-Einwaage: 55 g
Gesamt-Einwaage: 390 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 587 kJ (140 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 15 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,05 g

BIO Ravioli »all`italiana« E

mit feiner Gemüse-Füllung und pikanter Hackfleischsoße



Best.-Nr. 6091

Fleisch-Einwaage: 25 g
Gesamt-Einwaage: 410 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 396 kJ (94 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 13 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,53 g

Piccolino



DE-ÖKO-001



Neu: Bio-Menüs

Mit unseren drei neuen vegetarischen Bio-Gerichten (siehe Seite 16, 37 und 40) können Sie einen Beitrag zu einer bewussten Ernährung und zum Erhalt unserer Umwelt leisten.

Wir setzen hier konsequent auf handverlesene Lieferanten, die als Bio-Erzeuger zertifiziert sind und sich kompromisslos an die strengen Richtlinien der EG-Verordnung für ökologischen Anbau halten.

Gabelspaghetti mit Gemüsebolognese A



Best.-Nr. 6770

Gesamt-Einwaage: **380 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 300 kJ (71 kcal);
 Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 13 g,
 davon Zucker 3 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,96 g

Spaghetti »Napoli« A



Best.-Nr. 6771

Gesamt-Einwaage: **380 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 442 kJ (105 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 16 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,17 g

in fruchtiger Tomatensoße

Erbse Eintopf A



Best.-Nr. 6003

Wurst-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **360 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 649 kJ (156 kcal);
 Fett 10 g, davon ges. FS 4 g; KH 8 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,38 g

mit 1 Paar Wiener Würstchen, verfeinert mit Suppengemüse

③ ⑦ ⑧

Ungarische Gulaschsuppe B



Best.-Nr. 6031

Fleisch-Einwaage: **65 g**
 Gesamt-Einwaage: **400 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 377 kJ (90 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 6 g,
 davon Zucker 3 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,31 g

pikant gewürzt, mit Rindfleisch, Speck- und Kartoffelwürfeln und Gemüsepaprika

⑦

Kartoffelsuppe »Norddeutsche Art« A



Best.-Nr. 6063

Wurst-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **420 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 491 kJ (118 kcal);
 Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 7 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,24 g

herzhafter Suppeneintopf mit Karotten, Zwiebeln und Lauch, dazu 1 Paar Wiener Würstchen

③ ⑦ ⑧

Herzhafter Gemüseeintopf A



Best.-Nr. 6085

Klößchen-Einwaage: **45 g**
 Gesamt-Einwaage: **445 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 206 kJ (49 kcal);
 Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 6 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,04 g

mit Geflügelklößchen

Vollkost: Eintöpfe/Süßspeisen/Vegetarische Menüs

Schwäbisches Linsengericht A

mit 1 Paar hausgemachten Wiener Würstchen, Bauernspätzle mit Bröseln



③ ⑦ ⑧

Best.-Nr. 6086

Wurst-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 380 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 726 kJ (174 kcal);
Fett 10 g, davon ges. FS 3 g; KH 13 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 1,30 g

Nougat-Palatschinken E

3 Palatschinken mit cremiger Nougat-Füllung



Best.-Nr. 6191

Gesamt-Einwaage: 280 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 1198 kJ (287 kcal);
Fett 17 g, davon ges. FS 4 g; KH 27 g,
davon Zucker 14 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,51 g

Grießbrei mit Früchten A

Erdbeeren, Sauerkirschen, Pfirsichwürfel



Best.-Nr. 6247

Gesamt-Einwaage: 380 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 351 kJ (83 kcal);
Fett 1 g, davon ges. FS 1 g; KH 15 g,
davon Zucker 9 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,11 g

Kirschenmichel A

süßer Brötchen-Sauerkirschauflauf,
mit Zucker und Zimt garniert



Best.-Nr. 6389

Gesamt-Einwaage: 420 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 982 kJ (235 kcal);
Fett 13 g, davon ges. FS 6 g; KH 25 g,
davon Zucker 11 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,34 g

Ofenschlupfer B

süßer Brötchen-Äpfelauflauf, mit Sahne
verfeinert, Sauerkirschen



Best.-Nr. 6591

Gesamt-Einwaage: 400 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 740 kJ (176 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 3 g; KH 27 g,
davon Zucker 15 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,26 g

Gemüsepfanne mit Kräuter-Gnocchi C

mit Champignons, Gemüsepaprika,
Zucchini, Auberginen und Zwiebeln,
in aromatisch-mildem Tomatensugo



Best.-Nr. 6024

Gesamt-Einwaage: 390 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 362 kJ (86 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS <1 g; KH 14 g,
davon Zucker 3 g; Eiweiß 2 g; Salz 1,03 g

Gratinierte Gemüsepfannkuchen A

2 hausgemachte Pfannkuchen, mit Erbsen, Karotten und Mais gefüllt, Käsesoße



Best.-Nr. 6209

Gesamt-Einwaage: **420 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 704 kJ (169 kcal);
 Fett 11 g, davon ges. FS 3 g; KH 12 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,86 g

2 Spiegeleier A

mit Spinat und Salzkartoffeln



Best.-Nr. 6246

Gesamt-Einwaage: **360 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 402 kJ (96 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS <1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,97 g

Omelett »Gärtnerin« A

gefüllt mit Broccoli und Karotten, Kräuter-Kartoffelpüree



Best.-Nr. 6306

Gesamt-Einwaage: **390 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 434 kJ (104 kcal);
 Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 7 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,04 g

BIO Nudel-Gemüsepfanne A

Dinkelnudeln mit buntem Bauerngemüse und feiner Käse-Sahnesoße



Best.-Nr. 6307

Gesamt-Einwaage: **380 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 485 kJ (116 kcal);
 Fett 6 g, davon ges. FS 3 g; KH 12 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,09 g

Kartoffeltaschen B

mit Frischkäse-Kräuterfüllung, Rahm-gemüse



Best.-Nr. 6315

Gesamt-Einwaage: **380 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 567 kJ (136 kcal);
 Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 12 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,12 g

Tortellini »Verona« D

kleine Nudeln mit Frischkäse-Spinat-füllung, Kräuter-Sahnesoße



Best.-Nr. 6560

Gesamt-Einwaage: **380 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 550 kJ (131 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 3 g; KH 17 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,22 g

Wohlfühl-Menüs

Kostform-Varianten



Wohlfühl-Menüs

Wohlfühl-Menüs

Kostform-Varianten: Rind

Rinderroulade E

mit Hackfleischfüllung, Kohlrabigemüse, Salzkartoffeln






Ⓛ Best.-Nr. 4119

Rouladen-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **500 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 394 kJ (94 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,77 g;
Cholesterin 17 mg; Natrium 0,31 g;
Pro Port.: Cholesterin 85 mg; Natrium 1,55 g;
BE 3,3

Rinderschmorbraten D

mit Blumenkohl, Petersilienkartoffeln

Ⓛ Best.-Nr. 4120

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **470 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 340 kJ (81 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,75 g;
Cholesterin 13 mg; Natrium 0,30 g;
Pro Port.: Cholesterin 61 mg; Natrium 1,41 g;
BE 2,8

Saftiger Rinderbraten D

mit Schwarzwurzeln, Petersilienkartoffeln




Ⓛ Best.-Nr. 4121

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **460 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 344 kJ (82 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,52 g;
Cholesterin 13 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: Cholesterin 60 mg; Natrium 0,97 g;
BE 3,1

Rinderleber A

in feiner Soße, mit Kohlrabi-Karottengemüse, Kartoffelpüree






Ⓛ Best.-Nr. 4122

Leber-Einwaage: **90 g**
 Gesamt-Einwaage: **470 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 397 kJ (95 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,77 g;
Natrium 0,31 g;
Pro Port.: Natrium 1,46 g;
BE 2,8

Gedünstetes Rindfleisch C

in Kräutersoße, Frühlingsgemüse, Reis






Ⓛ Best.-Nr. 4150

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 465 kJ (111 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,66 g;
Cholesterin 17 mg; Natrium 0,26 g;
Pro Port.: Cholesterin 77 mg; Natrium 1,17 g;
BE 3,8

Sahniges Rinderragout C

geschnetzeltes Rindfleisch mit Karottengemüse, Schlingli-Nudeln

Ⓛ Best.-Nr. 4160

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 416 kJ (99 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
 davon Zucker 3 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,77 g;
Cholesterin 17 mg; Natrium 0,31 g;
Pro Port.: Cholesterin 77 mg; Natrium 1,40 g;
BE 4,2



Kostform-Varianten: Kalb/Schwein

Kalbfleischbällchen A

in Sahnesoße, Karottengemüse, Kartoffelpüree



Best.-Nr. 4304

Fleischbällchen-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 471 kJ (113 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,11 g;
Cholesterin 20 mg; Natrium 0,44 g;
Pro Port.: **Cholesterin 100 mg; Natrium 2,20 g;**
BE 3,3

Zartes Kalbsgeschnetzeltes C

Pastinakengemüse, Hörnchennudeln



Best.-Nr. 4310

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 460 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 371 kJ (88 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,53 g;
Cholesterin 19 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: **Cholesterin 87 mg; Natrium 0,97 g;**
BE 4,3

Bunte Gemüseplatte mit Kalbfleischbällchen C

in heller Soße, Fingermöhrrchen, Blumenkohl und Broccoli, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 4311

Fleischbällchen-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 520 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 334 kJ (80 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 6 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,53 g;
Cholesterin 12 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: **Cholesterin 62 mg; Natrium 1,09 g;**
BE 2,6

Sahnegeschnetzeltes C

vom Schwein, Pariser Karotten, Spätzle-Nudeln



Best.-Nr. 4202

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 430 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 448 kJ (107 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,53 g;
Cholesterin 18 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: **Cholesterin 77 mg; Natrium 0,90 g;**
BE 3,3

Rahmgulasch C

vom Schwein, Blumenkohl, Zöpfli-Nudeln



Best.-Nr. 4203

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 410 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 445 kJ (106 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,52 g;
Cholesterin 19 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: **Cholesterin 78 mg; Natrium 0,86 g;**
BE 3,4

Jägerbraten in Steinpilzsoße C

vom Schwein, mit Kohlrabi, Karotten und Broccoli in Béchamelsoße, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 4204

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 377 kJ (90 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,72 g;
Cholesterin 14 mg; Natrium 0,29 g;
Pro Port.: **Cholesterin 66 mg; Natrium 1,36 g;**
BE 3,2

Wohlfühl-Menüs

Kostform-Varianten: Schwein/Hackfleisch und Wurst

Schweineroulade D

mit Hackfleischfüllung, in Soße, mit Karotten in Streifen, Broccoli, Blumenkohl und Kartoffelpüree



UK 7

Best.-Nr. 4224

Rouladen-Einwaage: **110 g**
 Gesamt-Einwaage: **550 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 397 kJ (95 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,85 g;
Natrium 0,34 g;
 Pro Port.: **Natrium 1,87 g**;
 BE 2,8

Schweineschnitzel »natur« C

in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln



UK

Best.-Nr. 4225

Fleisch-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 320 kJ (76 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,64 g;
Cholesterin 14 mg; Natrium 0,26 g;
 Pro Port.: **Cholesterin 63 mg; Natrium 1,17 g**;
 BE 3,0

Jägerschnitzel »natur« C

vom Schwein, in Champignonrahmsoße, mit Zucchini Gemüse und Kartoffelpüree



UK

Best.-Nr. 4226

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **460 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 343 kJ (82 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 2 g; KH 6 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,67 g;
Cholesterin 16 mg; Natrium 0,27 g;
 Pro Port.: **Cholesterin 74 mg; Natrium 1,24 g**;
 BE 2,3

Schweinebraten »Hausfrauen Art« B

Gemüsemix aus Möhren, Blumenkohl und Sellerie, Spätzle



UK

Best.-Nr. 4227

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **400 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 453 kJ (108 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,51 g;
Cholesterin 23 mg; Natrium 0,20 g;
 Pro Port.: **Cholesterin 92 mg; Natrium 0,80 g**;
 BE 3,3

Grillbraten C

in milder Bratensoße, mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln



UK

Best.-Nr. 4228

Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 360 kJ (86 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,79 g;
Cholesterin 13 mg; Natrium 0,32 g;
 Pro Port.: **Cholesterin 59 mg; Natrium 1,44 g**;
 BE 2,7

Hacksteak B

in heller Soße mit Gurkenstreifen, Karotten-Brocoligemüse und Schlingli-Nudeln



UK

Best.-Nr. 4400

Hacksteak-Einwaage: **90 g**
 Gesamt-Einwaage: **480 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 465 kJ (111 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,92 g;
Cholesterin 20 mg; Natrium 0,37 g;
 Pro Port.: **Cholesterin 96 mg; Natrium 1,78 g**;
 BE 4,0



Kostform-Varianten: Hackfleisch und Wurst

Hackbraten

B

mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln



Best.-Nr. 4403

Hackbraten-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 446 kJ (107 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,88 g;
Cholesterin 20 mg; Natrium 0,35 g;
Pro Port.: **Cholesterin 94 mg; Natrium 1,65 g;**
BE 3,2

Fleischbällchen in feiner Tomatensoße B

mit Broccoli naturell, Kartoffelpüree



Best.-Nr. 4405

Fleischbällchen-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 450 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 488 kJ (117 kcal);
Fett 7 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,06 g;
Cholesterin 18 mg; Natrium 0,42 g;
Pro Port.: **Cholesterin 81 mg; Natrium 1,89 g;**
BE 3,0

Hackbraten »Esterhazy«

A

in feiner Bratensoße, mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohl-röschen, Kartoffelpüree



Best.-Nr. 4406

Hackbraten-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 570 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 417 kJ (100 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 7 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,05 g;
Natrium 0,42 g;
Pro Port.: **Natrium 2,39 g;**
BE 3,3

Hacksteak in Bratensoße

B

Blumenkohl naturell, Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 4408

Hacksteak-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 377 kJ (90 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,83 g;
Cholesterin 17 mg; Natrium 0,33 g;
Pro Port.: **Cholesterin 80 mg; Natrium 1,55 g;**
BE 3,2

2 Fränkische Bratwürstchen

B

hausgemacht, in Soße, mit Kohlrabi und Kartoffeln



Best.-Nr. 4409

Wurst-Einwaage: 100 g
Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 525 kJ (126 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 3 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,05 g;
Cholesterin 14 mg; Natrium 0,42 g;
Pro Port.: **Cholesterin 70 mg; Natrium 2,10 g;**
BE 3,3

Königsberger Klopse

A

in Kapernsoße, Karottengemüse, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 4417

Klößchen-Einwaage: 80 g
Gesamt-Einwaage: 480 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 459 kJ (110 kcal);
Fett 6 g, davon ges. FS 2 g; KH 9 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,90 g;
Cholesterin 12 mg; Natrium 0,36 g;
Pro Port.: **Cholesterin 58 mg; Natrium 1,73 g;**
BE 3,6

Wohlfühl-Menüs

Kostform-Varianten: Geflügel

Hähnchenbrust A

in feiner Soße mit Apfelwürfeln, Gemüsereis mit Möhrenstreifen und Romanescoröschen






NEU

Ⓛ **Best.-Nr. 4501**
 Fleisch-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **440 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 388 kJ (92 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS <1 g; KH 12 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,45 g;
Cholesterin 13 mg; Natrium 0,18 g;
Pro Port.: Cholesterin 57 mg; Natrium 0,79 g;
 BE 4,4

Hühnerfrikassee C

Karottengemüse mit Petersilie, Langkorn-Reis






Ⓛ **Best.-Nr. 4502**
 Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 374 kJ (89 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,52 g;
Cholesterin 16 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: Cholesterin 72 mg; Natrium 0,95 g;
 BE 3,8

Hähnchengeschnetzeltes C

in Sahnesoße, mit Gemüsenudeln







Ⓛ Ⓞ **Best.-Nr. 4516**
 Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **400 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 391 kJ (93 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,78 g;
Cholesterin 20 mg; Natrium 0,31 g;
Pro Port.: Cholesterin 80 mg; Natrium 1,24 g;
 BE 3,3

Puten-Hacksteak A

Karotten, Blumenkohl und Broccoli, Kartoffelpüree








Ⓛ **Best.-Nr. 4530**
 Hacksteak-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **460 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 405 kJ (97 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,07 g;
Cholesterin 13 mg; Natrium 0,43 g;
Pro Port.: Cholesterin 60 mg; Natrium 1,98 g;
 BE 3,1

Putenkeulenbraten C

in Bratensoße, mit Mangoldgemüse und Kartoffelknödeln







Ⓛ **Best.-Nr. 4531**
 Fleisch-Einwaage: **60 g**
 Gesamt-Einwaage: **480 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 406 kJ (97 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,14 g;
Natrium 0,46 g;
Pro Port.: Natrium 2,21 g;
 BE 3,6

Putensteak in Käsesoße D

mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln






Ⓛ **Best.-Nr. 4532**
 Fleisch-Einwaage: **80 g**
 Gesamt-Einwaage: **470 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 320 kJ (76 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 8 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,44 g;
Cholesterin 17 mg; Natrium 0,18 g;
Pro Port.: Cholesterin 80 mg; Natrium 0,85 g;
 BE 3,2



Kostform-Varianten: Geflügel/Fisch

Hähnchenbrustfilets »Försterin Art« C

mit Karotten, Blumenkohl und Kohlrabi, Hörnchennudeln



ⓁⓀ ③ ⑦

Best.-Nr. 4533

Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **430 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 374 kJ (89 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,79 g;
Cholesterin 18 mg; Natrium 0,32 g;
Pro Port.: **Cholesterin 77 mg; Natrium 1,38 g;**
BE 3,3

Hähnchen-Medaillons B

in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, Broccoli, Spätzle



ⓁⓀ ⑨

Best.-Nr. 4541

Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 391 kJ (93 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,76 g;
Cholesterin 23 mg; Natrium 0,30 g;
Pro Port.: **Cholesterin 101 mg; Natrium 1,32 g;**
BE 3,7

Schlemmerfiletschnitte »à la bordelaise« A

Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse, Salzkartoffeln



ⓁⓀ ①

Best.-Nr. 1311

Fisch-Einwaage: **100 g**
Gesamt-Einwaage: **450 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 365 kJ (87 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,81 g;
Cholesterin 16 mg; Natrium 0,32 g;
Pro Port.: **Cholesterin 72 mg; Natrium 1,44 g;**
BE 3,4

Kabeljaufiletschnitte E

in Dillrahmsoße, Kartoffeln



ⓁⓀ

Best.-Nr. 4702

Fisch-Einwaage: **150 g**
Gesamt-Einwaage: **480 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 354 kJ (84 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,48 g;
Cholesterin 15 mg; Natrium 0,19 g;
Pro Port.: **Cholesterin 72 mg; Natrium 0,91 g;**
BE 3,6

Alaska-Seelachs paniert D

in Filetform, mit Remouladensoße, Kartoffeln



Best.-Nr. 4706

Fisch-Einwaage inkl. Panade: **150 g**
Gesamt-Einwaage: **390 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 516 kJ (123 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 13 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,66 g;
Cholesterin 28 mg; Natrium 0,26 g;
Pro Port.: **Cholesterin 109 mg; Natrium 1,01 g;**
BE 4,3

Lachsfiletschnitte D

in Bärlauch-Rahmsoße, Langkorn-Wildreismischung mit Gemüse



ⓁⓀ

Best.-Nr. 4710

Fisch-Einwaage: **90 g**
Gesamt-Einwaage: **420 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 371 kJ (88 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 11 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,73 g;
Cholesterin 15 mg; Natrium 0,29 g;
Pro Port.: **Cholesterin 63 mg; Natrium 1,22 g;**
BE 3,8

Wohlfühl-Menüs

Kostform-Varianten: Fisch/Eintöpfe

Alaska-Seelachs natur D

in Filetform, mit Dillsoße, Spinat und Kartoffeln



Best.-Nr. 4718

Fisch-Einwaage: **100 g**
 Gesamt-Einwaage: **500 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 323 kJ (77 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,54 g;
Cholesterin 20 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: Cholesterin 100 mg; Natrium 1,05 g;
BE 2,9

Lachspfanne A

Lachsfiletstreifen mit Penne-Nudeln, Blattspinat, Salatgurkenwürfeln und Cherrytomaten



Best.-Nr. 4727

Fisch-Einwaage: **55 g**
 Gesamt-Einwaage: **470 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 391 kJ (93 kcal);
 Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 11 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 1,03 g;
Cholesterin 6 mg; Natrium 0,41 g;
Pro Port.: Cholesterin 28 mg; Natrium 1,93 g;
BE 4,3

Alaska-Seelachsfilet C

in Senfsoße, dazu Dillkartoffeln



Best.-Nr. 4755

Fisch-Einwaage: **100 g**
 Gesamt-Einwaage: **480 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 445 kJ (106 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS <1 g; KH 11 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 1,04 g;
Cholesterin 17 mg; Natrium 0,42 g;
Pro Port.: Cholesterin 82 mg; Natrium 2,02 g;
BE 4,4

Frühlingscholle D

in heller Soße, fein mit Zitrone abgeschmeckt, dazu Gemüsereis



Best.-Nr. 4796

Fisch-Einwaage: **90 g**
 Gesamt-Einwaage: **460 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 479 kJ (114 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 9 g; Salz 0,80 g;
Natrium 0,32 g;
Pro Port.: Natrium 1,47 g;
BE 3,8

Kartoffel-Suppentopf A

herzhaft abgeschmeckt



Best.-Nr. 4633

Gesamt-Einwaage: **500 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 186 kJ (44 kcal);
 Fett <1 g, davon ges. FS <1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 1 g; Salz 0,53 g;
Cholesterin <1 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: Cholesterin <1 mg; Natrium 1,05 g;
BE 3,8

Frühlingstopf A

mit Grießklößchen



Best.-Nr. 4805

Gesamt-Einwaage: **500 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 192 kJ (46 kcal);
 Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 5 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 1 g; Salz 0,54 g;
Cholesterin 4 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: Cholesterin 20 mg; Natrium 1,05 g;
BE 2,1

Kostform-Varianten: Eintöpfe/Süßspeisen

Bunter Gemüseintopf B

mit Mini-Hackfleischklößchen



Best.-Nr. 4807

Hackfleischklößchen-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 560 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 246 kJ (59 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 4 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,95 g;
Cholesterin 10 mg; Natrium 0,38 g;
Pro Port.: **Cholesterin 56 mg; Natrium 2,13 g;**
BE 1,8

Gemüseintopf mit Rindfleisch A

Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln



Best.-Nr. 4810

Fleisch-Einwaage: 40 g
Gesamt-Einwaage: 560 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 147 kJ (35 kcal);
Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 3 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,76 g;
Cholesterin 7 mg; Natrium 0,30 g;
Pro Port.: **Cholesterin 39 mg; Natrium 1,68 g;**
BE 1,4

Kartoffel-Möhreneintopf A

mit Mini-Frikadellen



Best.-Nr. 4821

Frikadellen-Einwaage: 70 g
Gesamt-Einwaage: 520 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 405 kJ (97 kcal);
Fett 5 g, davon ges. FS 2 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 1,27 g;
Cholesterin 14 mg; Natrium 0,51 g;
Pro Port.: **Cholesterin 73 mg; Natrium 2,65 g;**
BE 3,5

Kesselgulasch B

Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln



Best.-Nr. 4824

Fleisch-Einwaage: 60 g
Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 283 kJ (67 kcal);
Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 8 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,73 g;
Cholesterin 14 mg; Natrium 0,29 g;
Pro Port.: **Cholesterin 70 mg; Natrium 1,45 g;**
BE 3,3

Reis-Gemüsetopf A

mit Rindfleisch



Best.-Nr. 4825

Fleisch-Einwaage: 50 g
Gesamt-Einwaage: 530 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 215 kJ (51 kcal);
Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 6 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,73 g;
Cholesterin 9 mg; Natrium 0,29 g;
Pro Port.: **Cholesterin 48 mg; Natrium 1,54 g;**
BE 2,7

Pfannkuchen mit Sauerkirschfüllung A

und Vanillesoße



Best.-Nr. 4920

Gesamt-Einwaage: 340 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 593 kJ (142 kcal);
Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 14 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,13 g;
Cholesterin 24 mg; Natrium 0,05 g;
Pro Port.: **Cholesterin 82 mg; Natrium 0,18 g;**
BE 4,0

Wohlfühl-Menüs

Kostform-Varianten: Süßspeisen/Vegetarische Menüs

Grießbrei A

mit Mandarinen



ⓁⓀ 9

Best.-Nr. 4922

Gesamt-Einwaage: **520 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 249 kJ (59 kcal);
 Fett 1 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,09 g;
Natrium 0,04 g;
Pro Port.: Natrium 0,21 g;
BE 3,9

Kaiserschmarrn A

mit fruchtigen, gewürfelten Birnen



ⓁⓀ 9

Best.-Nr. 4924

Gesamt-Einwaage: **380 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 377 kJ (90 kcal);
 Fett 4 g, davon ges. FS 1 g; KH 9 g,
 davon Zucker 4 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,28 g;
Natrium 0,11 g;
Pro Port.: Natrium 0,42 g;
BE 2,8

Pfannkuchen mit Quarkfüllung A

und Heidelbeeren



ⓁⓀ 9

Best.-Nr. 4925

Gesamt-Einwaage: **360 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 572 kJ (137 kcal);
 Fett 7 g, davon ges. FS 1 g; KH 12 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,15 g;
Cholesterin 30 mg; Natrium 0,06 g;
Pro Port.: Cholesterin 108 mg; Natrium 0,22 g;
BE 3,6

Pfannkuchen mit Apfelfüllung A

und Vanillesoße



ⓁⓀ 9

Best.-Nr. 4926

Gesamt-Einwaage: **340 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 576 kJ (138 kcal);
 Fett 8 g, davon ges. FS 2 g; KH 13 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,13 g;
Cholesterin 23 mg; Natrium 0,05 g;
Pro Port.: Cholesterin 78 mg; Natrium 0,17 g;
BE 3,7

Milchreis A

mit Zimt bestreut, Sauerkirschen



ⓁⓀ 9

Best.-Nr. 5009

Gesamt-Einwaage: **400 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 292 kJ (69 kcal);
 Fett 1 g, davon ges. FS <1 g; KH 13 g,
 davon Zucker 2 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,05 g;
Cholesterin 2 mg; Natrium 0,02 g;
Pro Port.: Cholesterin 8 mg; Natrium 0,08 g;
BE 4,3

Rührei mit Spinat A

und Salzkartoffeln



ⓁⓀ

Best.-Nr. 4601

Gesamt-Einwaage: **450 g**
 Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
 Energie 414 kJ (99 kcal);
 Fett 5 g, davon ges. FS 1 g; KH 7 g,
 davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,74 g;
Natrium 0,30 g;
Pro Port.: Natrium 1,35 g;
BE 2,7



Kostform-Varianten: Vegetarische Menüs

Kartoffel-Gemüsegericht A

mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl in heller Rahmsoße



Best.-Nr. 4621

Gesamt-Einwaage: 450 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 323 kJ (77 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,85 g;
Cholesterin 5 mg; Natrium 0,34 g;
Pro Port.: **Cholesterin 23 mg; Natrium 1,53 g;**
BE 3,8

Nudelpfanne A

mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl



Best.-Nr. 4622

Gesamt-Einwaage: 500 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 323 kJ (77 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 1 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,86 g;
Cholesterin 6 mg; Natrium 0,34 g;
Pro Port.: **Cholesterin 30 mg; Natrium 1,70 g;**
BE 4,2

Bunte Gemüseplatte B

mit Blumenkohl, Fingermöhren und Broccoli, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 4630

Gesamt-Einwaage: 470 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 342 kJ (82 kcal);
Fett 4 g, davon ges. FS <1 g; KH 8 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,76 g;
Cholesterin 0 mg; Natrium 0,30 g;
Pro Port.: **Cholesterin 0 mg; Natrium 1,43 g;**
BE 3,2

Blumenkohl-Käse-Medaillon B

mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 4631

Gesamt-Einwaage: 440 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 311 kJ (74 kcal);
Fett 2 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,48 g;
Cholesterin 8 mg; Natrium 0,19 g;
Pro Port.: **Cholesterin 35 mg; Natrium 0,84 g;**
BE 3,7

Omelettrolle mit Spinatfüllung D

Rahmgemüse, Salzkartoffeln



Best.-Nr. 4634

Gesamt-Einwaage: 460 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 357 kJ (85 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS 1 g; KH 10 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,81 g;
Natrium 0,32 g;
Pro Port.: **Natrium 1,47 g;**
BE 3,8

Fränkisches Grünkernküchle A

Getreidebratling im Gemüsebett, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln



Best.-Nr. 4637




Gesamt-Einwaage: 430 g
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 365 kJ (87 kcal);
Fett 3 g, davon ges. FS <1 g; KH 12 g,
davon Zucker 2 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,52 g;
Cholesterin 6 mg; Natrium 0,21 g;
Pro Port.: **Cholesterin 26 mg; Natrium 0,90 g;**
BE 4,3


Wochenkartons



Unsere abwechslungsreichen und ausgewogenen Wochenkartons bieten leckere Gerichte aus den verschiedenen Kostformen für jeweils sieben Tage Menüenuss.








Vollkost
Suppen mit BE-Angabe



Nudelsuppe (397) 
klare Brühe mit Fadennudeln, garniert mit Schnittlauch
Gesamt-Einwaage: **240 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 176 kJ (42 kcal); Fett 2 g, davon ges. FS 1 g;
KH 5 g, davon Zucker <1 g; Eiweiß 1 g; Salz 1,05 g
 **BE 1,0** 


Köstliche Festtagssuppe (443)
mit Gemüseeinlage, Muschelnudeln, Eierstich und Geflügelfleischklößchen
Fleischklößchen-Einwaage: **25 g**
Gesamt-Einwaage: **250 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 164 kJ (39 kcal); Fett 1 g, davon ges. FS <1 g;
KH 4 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,16 g
 **BE 0,8**

Karotten-Cremesuppe (458) 
delikat gewürzt, mit aromatischen Karotten und Sahne verfeinert
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 295 kJ (71 kcal); Fett 5 g, davon ges. FS 3 g;
KH 5 g, davon Zucker 3 g; Eiweiß 1 g; Salz 0,97 g
 **BE 0,8**

Tomaten-Rahmsuppe (462)
fruchtige Cremesuppe, mit Sauerrahm verfeinert, dazu Muschelnudeln
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 383 kJ (92 kcal); Fett 6 g, davon ges. FS 1 g;
KH 8 g, davon Zucker 4 g; Eiweiß 1 g; Salz 1,05 g
 **BE 1,3** 



Kräftige Hühnerbouillon (466) 
Hühnerkraftbrühe mit Geflügelfleisch und Fadennudeln
Fleisch-Einwaage: **20 g**
Gesamt-Einwaage: **250 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 159 kJ (38 kcal); Fett 2 g, davon ges. FS <1 g;
KH 2 g, davon Zucker <1 g; Eiweiß 3 g; Salz 1,28 g
 **BE 0,4** 

Broccoli-Rahmsuppe (468)
cremige Suppe mit feinem Broccoli
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 278 kJ (67 kcal); Fett 5 g, davon ges. FS 2 g;
KH 4 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 1 g; Salz 1,52 g
 **BE 0,7** 


Steinpilz-Cremesuppe (469)
delikat gewürzt, mit aromatischen Steinpilzen und Sahne verfeinert
Gesamt-Einwaage: **250 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 307 kJ (74 kcal); Fett 6 g, davon ges. FS 3 g;
KH 4 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 1 g; Salz 1,15 g
 **BE 0,8**

Bestell-Nr. 9201


Vollkost
Unsere bewährten Klassiker



Schweineschnitzel »Mailand« (8002) 
paniert, mit Käse garniert, dazu italienische Gemüsesoße und Gabelspaghetti





3 Kalbsbratwürste (8312) 
hausgemachte Bratwürste in würziger Bratensoße, dazu Spinat und Bratkartoffeln mit Zwiebeln
 **20)**

Curryhuhn (8037)
Hühnerfleisch in milder Currysoße mit Ananas, Erbsen, Karotten und Champignons, dazu Reis


Herzhafter Nudelteller (8001) 
deftige Nudelkreation aus Käsespätzle »Allgäuer Art«, hausgemachten Gemüse-Maultaschen und Bandnudeln mit Pilzrahmsoße, verfeinert mit Weißwein


Seelachsfilet (8719)
paniert und goldgelb gebacken, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln




Hohenloher Eintopf (8815) 
schmackhafter Eintopf aus Steckrüben, Grießknockerln, Weißkohl und Rindfleisch



Gekochte Rinderbrust (8115)  
in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln



Bestell-Nr. 9202





Vollkost
Unsere bewährten Klassiker




Mediterranes Grillgemüse (8964) 
Gemüsepaprika, Zucchini, Auberginen und Zwiebeln, mit Olivenöl abgeschmeckt, dazu Steinpilzrisotto



Hackfleischklößchen »Zigeuner Art« (8097)
in pikanter Zucchini-Paprikasoße, Käse-Maccaroni


Hähnchen »Swiss« (8534)
feine Hähncheninnenfilets in würziger Pfeffer-Käsesoße mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree


Schwedenplatte (8703) 
Alaska-Seelachsfilet natur in Tomaten-Senfsoße, Salzkartoffeln


Süßer Reisauflauf (8934)
mit Fruchtsoße, aus Erdbeeren, Sauerkirschen, Äpfeln, Heidelbeeren und Himbeeren
 **3)**

Deftige Bauernschlachtplatte (8421)  
Kasseler Nacken, gepökeltes Bauchfleisch, hausgemachte Bratwurst und Leberknödel, Sauerkraut mit Speck, dazu Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln


Kalbsgeschnetzeltes »Zürcher Art« (8310)
in Champignon-Sahnesoße mit Weißwein abgeschmeckt, dazu Spätzle mit Bröseln


Bestell-Nr. 9203

- 3) Vor der Aufbereitung bitte Deckelfolie einige cm öffnen!
- 20) Vor der Aufbereitung bitte Deckelfolie etwas einschneiden!

Wer lang Suppen isst, lebt lang.
Redensart aus den bayerischen Alpen, Altbayern und Tirol

Vollkost
Unsere bewährten Klassiker

Cevapcici (8033) ⑦
Hackfleischröllchen mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt, bunte Balkansoße, Reis Dubrovnik



Nudelplatte (8024)
Variation aus Nudel-Spezialitäten: Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße



Szegediner Gulasch (8284)
Schweinegulasch, mit Sauerkraut in herzhafter Soße, dazu Serviettenknödel



Zartes Kalbsschnitzel paniert (8300)
mit Mandelsplittern garniert, in delikater Rahmsauce, dazu Broccoliröschen und Pariser Karotten, Rösti-Ecken



20)

Scholle (8705)
paniert und goldbraun gebraten, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln



Erseneintopf (8804) ③ ⑦ ⑧
mit 1 Paar Debrecziner Würstchen, verfeinert mit Suppengrün und Blattspinat



Gegrilltes Hähnchenbrustfilet »California« (8027)
mit Nudeln in Sahnese, garniert mit Lauch, Käse und Pflanzwürfeln



Bestell-Nr. 9204

Vollkost
Unsere bewährten Klassiker

2 Pfefferfrikadellen (8404)
mit grünem Pfeffer garniert, in kräftiger Bratensoße, grüne Bohnen, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln



Mediterrane Zucchini-Pfanne (8028) **NEU**
mit Ebyl-Weizen



Rindergeschnetzeltes »Delicato« (8127) **NEU**
zarte Rindfleischstreifen in dunkler Senfsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Knöpfe-Spätzle



Ungarischer Feuertopf (8800) ⑦ **NEU**
scharfer Eintopf aus Kidney-Bohnen, Kartoffeln, buntem Paprika, Mais, Zwiebeln und Speckwürfeln, dazu hausgemachte Cabanossi-Wurst



Kaiserschmarrn (8905)
hausgemacht, mit Zimt und Zucker bestreut, Apfelkompott



Bandnudeln mit Lachsfiletschnitten (8004) **NEU**
in feiner Zitronen-Sahnesoße mit Weißwein verfeinert, dazu Broccoli



Schweineroulade »Hausfrauen Art« (8232) ⑦
fachmännisch von Hand gewickelte Roulade mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung, in Bratensoße mit Zwiebeln, dazu Frühlingsgemüse und Schnittlauchkartoffeln



Bestell-Nr. 9205

Vollkost
Unsere bewährten Klassiker

Kartoffelsuppe »Norddeutsche Art« (8803) ③ ⑦ ⑧
mit Karotten, Zwiebeln und Lauch, dazu 1 Paar Bockwürstchen aus unserer hauseigenen Metzgerei



Käsespätzle »Allgäuer Art« (8029)
mit Röstzwiebeln



Hausmacher Bratwurst (1005)
aus eigener Herstellung, in dunkler Soße, dazu Kartoffelpüree und Apfelrotkohl



Feine Hähnchentaler (8505) **NEU**
Hähnchenbrustfiletstücke in Joghurtsoße, garniert mit Broccoli und Tomatenwürfeln, dazu Bandnudeln



Alaska-Seelachsfiletschnitte »España« (8706) **NEU**
mit Grillgemüse, dazu Reis-Wildreismischung



Kalbshacksteak »Romanow« (8308)
garniert mit gemischten Pilzen, in delikater Rahmsauce, dazu Erbsen und Fingermöhren, Rösti-Taler



20)

Bayerischer Schweinebraten (8237) ⑦ **NEU**
in Bratensoße, dazu Bayerisch Kraut und gekochte hausgemachte Kartoffelklöße



Bestell-Nr. 9206

Vollkost

**Vollkost
Unsere Bekömmlichen**

Gefüllte Paprikaschote (7407) ⑦
mit Hackfleisch, in würziger Soße, Reis

Rahmschnitzel (7211) ⑦
vom Schwein, Möhrchen und Erbsen, Bauernspätzle mit Bröseln

Kartoffelkühle (7622)
mit Champignonsoße

Rinderleber »Berliner Art« (7127)
in feiner Zwiebelsoße mit Apfelscheiben und Pariser Karotten, Kartoffelpüree mit Bröseln

Wildlachs à la Florentin (7714) **NEU**
Wildlachsfiletstücke in feiner Rahmspinat-Soße, dazu Bandnudeln

Linseneintopf (7812) ③ ⑦ **NEU**
mit gekochter Mettwurst

Gegrillter Putenbraten (7509) **NEU**
in Bratensoße, Apfelrotkohl, hausgemachte Serviettenknödel

Bestell-Nr. 9207

**Vollkost
Unsere Bekömmlichen**

Pikantes Rindergulasch (7119)
Erbsen und Fingermöhrchen, Kartoffelschmarrn

Hähnchenkeule (7520)
mit Soße, Apfelrotkohl und Salzkartoffeln

Königsberger Klopse (7452)
in Kapernsoße, Langkorn-Reis mit Erbsen

Panierter Seelachs (7712)
in Filetform, mit Kohlrabi, Blumenkohl, Sellerie, Porree, Erbsen, Karottenstreifen, Béchamelkartoffeln

2 Spiegeleier (1314)
auf Spinat, Salzkartoffeln

**Gemüsepfanne mit Mini-Gemüse-
maultaschen (7606)**
Karotten, rote Paprika, Erbsen, Mais und Champignons, mit Kräutern verfeinert

Schweinebraten (7219)
in herzhafter Soße, Rosenkohl, Salzkartoffeln

Bestell-Nr. 9208

**Vollkost
Unsere Bekömmlichen**

Kohlroulade (7411) ⑦
mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße, Salzkartoffeln

Spaghetti »Neptun« (7608) **NEU**
in sahniger Tomaten-Lauchsoße, mit Alaska-Seelachsfiletstücken

Hähnchen »Cordon bleu« (7510) ⑦
zartes paniertes Hähnchenschnitzel, gefüllt mit Putenformschinken und Käse, Karottengemüse in Petersiliensoße, Kartoffelpüree

Thüringer Rostbrätl (7217)
Schweinenackensteak in Soße, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln

Apfelstrudel (7913)
mit Vanillesoße

Wirsing-Eintopf (7817) ⑦
mit Kartoffeln und Schweinefleischwürfeln

Gefüllter Kalbsbraten (7314)
mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsauce, Rosenkohl, Schlingli-Nudeln

Bestell-Nr. 9209

Probieren Sie doch einmal unsere leckeren Kuchen –
sprechen Sie uns bei Interesse bitte einfach an!



Wochenkartons

**Vollkost
Unsere Bekömmlichen**

Broccoli-Bandnudeln (7623)
in Pilz-Sahnesoße



Kasseler Nacken mit Sauerkraut (7215) ③ ⑦

Kartoffelpüree



Lachsfiletschnitte (7717)

in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert, Gemüsereis



Putenbruststreifen »Italia« (7514)

in Tomaten-Kräutersoße, feine Bandnudeln



Milchreis (7911)

mit Sauerkirschen



Fleischkäse (7412) ③ ⑦ ⑧

mit Zwiebelschmelze garniert, dazu Karottengemüse und Stampfkartoffeln



Zarter Sauerbraten (7118)

Apfelrotkohl, gekochte Kartoffelklöße



Bestell-Nr. 9210

**Vollkost
Piccolino**

Hähnchenbrustfilet (6528)

Spinat, Béchamelkartoffeln



Schweinegeschnetzeltes »Griechische Art« (6227)

in pikanter Tomatensoße mit Zucchini und Königserbsenschoten, dazu Reissnudeln



NEU

Kirschenmichel (6389)

süßer Brötchen-Sauerkirschaufwurf, mit Zucker und Zimt garniert



NEU

Gabelspaghetti mit Gemüsebolognese (6770)



Alaska-Seelachsfilet »Verdura« (6573)

Broccoli-Käsesoße, Salzkartoffeln



Kartoffelsuppe »Norddeutsche Art« (6063) ③ ⑦ ⑧

herzhafter Suppeneintopf mit Karotten, Zwiebeln und Lauch, dazu 1 Paar Wiener Würstchen



Jägerbraten (6520)

Rinderbraten mit Champignons, buntes Gemüse, Kartoffelklöße



Bestell-Nr. 9211

**Vollkost
Piccolino**

Hacksteak auf Wirsing (6545)

Salzkartoffeln



Karlsbader Rahmgulasch (6074) ⑦

Rindfleisch in Rahmsauce mit gemischten Pilzen und Speckwürfeln, Spätzle mit Bröseln



Kasseler Nacken (6055) ③ ⑦

hausgemachtes, geräuchertes Kasseler, Sauerkraut mit Speck, Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln



Herzhafter Gemüseintopf (6085)

mit Geflügelklößchen



Seelachs »Poseidon« (6530)

paniert, in Filetform, mit Gemüse-Béchamelkartoffeln



NEU

Tortellini »Verona« (6560)

kleine Nudeln mit Frischkäse-Spinatfüllung, Kräuter-Sahnesoße



Hähnchentaler »4-Pfeffer« (6502)

Hähnchentaler in Vier-Pfefferrahmsauce, dazu Steinpilzrisotto



NEU

Bestell-Nr. 9212



Vollkost/Kostform-Varianten

Vollkost Piccolino

Maccaroniplatte (6068) ③ ⑦ ⑧
Maccaroni-Nudeln mit fruchtiger Tomatensoße,
hausgemachter Krakauer und gekochtem Vorder-
schinken, überbacken mit Käse



Rahmschnitzel vom Schwein (6524)
grüne Bohnen, Salzkartoffeln



Curryhuhn (6741)
gewürfeltes Hühnerfleisch in fruchtiger Currysoße
mit Ananas und Erbsen, Langkorn-Reis



Grießbrei mit Früchten (6247)
Erdbeeren, Sauerkirschen, Pfirsichwürfel



Seelachs paniert (6572)
in Filetform, Schnittlauchsoße, Salzkartoffeln



Erseneintopf (6003) ③ ⑦ ⑧
mit 1 Paar Wiener Würstchen, verfeinert mit
Suppengemüse



Zarter Sauerbraten (6243)
mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln



Bestell-Nr. 9213

Vollkost Piccolino

Hausmacher Bratwurst (6542) ⑦
2 Stück, auf Bayrisch Kraut, Kartoffelpüree



Gulaschpfanne (6525)
vom Rind, mit buntem Paprika, Zwiebeln und
Champignons, Schlingli-Nudeln



Hacksteak »Classico« (6083) **NEU**
in pikanter Soße, mit Apfelrotkohl und
Petersilienkartoffeln



Kasseler Braten (6523) ③ ⑦
in Bratensoße, buntes Gemüse mit heller
Mascarponesoße, Salzkartoffeln



Fischfilet »Italiano« (6052) **NEU**
Alaska-Seelachsfilet in feiner Gemüse-
Sahnesoße, mit Safran verfeinert, dazu
Karotten-Reis



2 Spiegeleier (6246) **NEU**
mit Spinat und Salzkartoffeln



Hähnchenbrustfilets »Bärlauch« (6554)
in Bärlauch-Rahmsauce, Zucchini-Gemüse, Spätzle



Bestell-Nr. 9214

Leichte Vollkost Wohlfühl-Menüs mit BE-Angabe

Hacksteak in Bratensoße (4408)
Blumenkohl naturell, Petersilienkartoffeln
Cholesterin: 80 mg pro Port., 17 mg pro 100 g
Natrium: 1,55 g pro Port., 0,33 g pro 100 g



BE 3,2 LK

Schweinebraten »Hausfrauen Art« (4227)
Gemüsemix aus Möhren, Blumenkohl und Sellerie,
Spätzle
Cholesterin: 92 mg pro Port., 23 mg pro 100 g
Natrium: 0,80 g pro Port., 0,20 g pro 100 g



BE 3,3 LK

Rührei mit Spinat (4601)
und Salzkartoffeln
Natrium: 1,35 g pro Port., 0,30 g pro 100 g



BE 2,7 LK

Hähnchengeschnetzeltes (4516) ⑨
in Sahnesoße, mit Gemüsenudeln
Cholesterin: 80 mg pro Port., 20 mg pro 100 g
Natrium: 1,24 g pro Port., 0,31 g pro 100 g



BE 3,3 LK

Lachsfiletschmitte (4710)
in Bärlauch-Rahmsauce, Langkorn-Wildreismischung
mit Gemüse
Cholesterin: 63 mg pro Port., 15 mg pro 100 g
Natrium: 1,22 g pro Port., 0,29 g pro 100 g



BE 3,8 LK

Frühlingstopf (4805) **NEU**
mit Grießklößchen
Cholesterin: 20 mg pro Port., 4 mg pro 100 g
Natrium: 1,05 g pro Port., 0,21 g pro 100 g



BE 2,1 LK

Rinderroulade (4119)
mit Hackfleischfüllung, Kohlrabigemüse,
Salzkartoffeln
Cholesterin: 85 mg pro Port., 17 mg pro 100 g
Natrium: 1,55 g pro Port., 0,31 g pro 100 g



BE 3,3 LK

Bestell-Nr. 9215







Traditionelle Gemüsesorten:





Einst als »Spargel des armen Mannes« bezeichnet,
ist **Mangold** mittlerweile ein beliebtes Sommer- und
Herbstgemüse. Vom Aussehen erinnert er an Spinat,
gegessen werden die Blätter und Stiele.





Wochenkartons




Kostform-Varianten




Leichte Vollkost Wohlfühl-Menüs mit BE-Angabe




Blumenkohl-Käse-Medaillon (4631) ^①
mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln
Cholesterin: 35 mg pro Port., 8 mg pro 100 g
Natrium: 0,84 g pro Port., 0,19 g pro 100 g
   **BE 3,7** 





Grillbraten (4228)
in milder Bratensoße, mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln
Cholesterin: 59 mg pro Port., 13 mg pro 100 g
Natrium: 1,44 g pro Port., 0,32 g pro 100 g
   **BE 2,7** 

Sahniges Rinderragout (4160)
geschnetzeltes Rindfleisch mit Karottengemüse, Schlingli-Nudeln
Cholesterin: 77 mg pro Port., 17 mg pro 100 g
Natrium: 1,40 g pro Port., 0,31 g pro 100 g
   **BE 4,2** 

Kaiserschmarrn (4924) ^⑨
mit fruchtigen, gewürfelten Birnen
Natrium: 0,42 g pro Port., 0,11 g pro 100 g
  **BE 2,8** 





Kabeljaufiletschnitte (4702)
in Dillrahmsoße, Kartoffeln
Cholesterin: 72 mg pro Port., 15 mg pro 100 g
Natrium: 0,91 g pro Port., 0,19 g pro 100 g
  **BE 3,6** 





Bunter Gemüseeintopf (4807)
mit Mini-Hackfleischklößchen
Cholesterin: 56 mg pro Port., 10 mg pro 100 g
Natrium: 2,13 g pro Port., 0,38 g pro 100 g
  **BE 1,8** 





Hähnchen-Medaillons (4541) ^⑨
in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, Broccoli, Spätzle
Cholesterin: 101 mg pro Port., 23 mg pro 100 g
Natrium: 1,32 g pro Port., 0,30 g pro 100 g
   **BE 3,7** 





Bestell-Nr. 9216





Leichte Vollkost Wohlfühl-Menüs mit BE-Angabe





Schweineschnitzel »natur« (4225)
in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln
Cholesterin: 63 mg pro Port., 14 mg pro 100 g
Natrium: 1,17 g pro Port., 0,26 g pro 100 g
   **BE 3,0** 





Pfannkuchen mit Apfelfüllung (4926) ^⑨
und Vanillesoße
Cholesterin: 78 mg pro Port., 23 mg pro 100 g
Natrium: 0,17 g pro Port., 0,05 g pro 100 g
   **BE 3,7** 

Hackbraten (4403)
mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln
Cholesterin: 94 mg pro Port., 20 mg pro 100 g
Natrium: 1,65 g pro Port., 0,35 g pro 100 g
   **BE 3,2** 

Hähnchenbrustfilets »Försterin Art« (4533) ^{③ ⑦}
mit Karotten, Blumenkohl und Kohlrabi, Hörchennudeln
Cholesterin: 77 mg pro Port., 18 mg pro 100 g
Natrium: 1,38 g pro Port., 0,32 g pro 100 g
   **BE 3,3** 





Alaska-Seelachs natur (4718)
in Filetform, mit Dillsoße, Spinat und Kartoffeln
Cholesterin: 100 mg pro Port., 20 mg pro 100 g
Natrium: 1,05 g pro Port., 0,21 g pro 100 g
   **BE 2,9** 





Kartoffel-Möhreneintopf (4821)
mit Mini-Frikadellen
Cholesterin: 73 mg pro Port., 14 mg pro 100 g
Natrium: 2,65 g pro Port., 0,51 g pro 100 g
   **BE 3,5** 






Gedünstetes Rindfleisch (4150)
in Kräutersoße, Frühlingsgemüse, Reis
Cholesterin: 77 mg pro Port., 17 mg pro 100 g
Natrium: 1,17 g pro Port., 0,26 g pro 100 g
   **BE 3,8** 






Bestell-Nr. 9217



Leichte Vollkost Wohlfühl-Menüs mit BE-Angabe



Rahmgulasch (4203)
vom Schwein, Blumenkohl, Zöpfli-Nudeln
Cholesterin: 78 mg pro Port., 19 mg pro 100 g
Natrium: 0,86 g pro Port., 0,21 g pro 100 g
   **BE 3,4** 





Bunte Gemüseplatte mit Kalbfleischbällchen (4311)
in heller Soße, Fingermöhrrchen, Blumenkohl und Broccoli, Salzkartoffeln
Cholesterin: 62 mg pro Port., 12 mg pro 100 g
Natrium: 1,09 g pro Port., 0,21 g pro 100 g
   **BE 2,6** 

Frühlingscholle (4796) 
in heller Soße, fein mit Zitrone abgeschmeckt, dazu Gemüserais
Natrium: 1,47 g pro Port., 0,32 g pro 100 g
   **BE 3,8** 

Hacksteak (4400)
in heller Soße mit Gurkenstreifen, Karotten-Broccoligemüse und Schlingli-Nudeln
Cholesterin: 96 mg pro Port., 20 mg pro 100 g
Natrium: 1,78 g pro Port., 0,37 g pro 100 g
    **BE 4,0** 

Omelettrolle mit Spinatfüllung (4634) 
Rahmgemüse, Salzkartoffeln
Natrium: 1,47 g pro Port., 0,32 g pro 100 g
  **BE 3,8** 

Reis-Gemüsetopf (4825)
mit Rindfleisch
Cholesterin: 48 mg pro Port., 9 mg pro 100 g
Natrium: 1,54 g pro Port., 0,29 g pro 100 g
 **BE 2,7** 

Putenkeulenbraten (4531)
in Bratensoße, mit Mangoldgemüse und Kartoffelnudeln
Natrium: 2,21 g pro Port., 0,46 g pro 100 g
   **BE 3,6** 

Bestell-Nr. 9218



Kostform-Varianten

Leichte Vollkost Wohlfühl-Menüs mit BE-Angabe

Nudelpfanne (4622)

mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl

Cholesterin: 30 mg pro Port., 6 mg pro 100 g
Natrium: 1,70 g pro Port., 0,34 g pro 100 g

 BE 4,2 LK

Putensteak in Käsesoße (4532)

mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln

Cholesterin: 80 mg pro Port., 17 mg pro 100 g
Natrium: 0,85 g pro Port., 0,18 g pro 100 g

 BE 3,2 LK

Kessulgulasch (4824)

Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln

Cholesterin: 70 mg pro Port., 14 mg pro 100 g
Natrium: 1,45 g pro Port., 0,29 g pro 100 g

 BE 3,3 LK

Hackbraten »Esterhazy« (4406)

in feiner Bratensoße, mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlröschen, Kartoffelpüree

Natrium: 2,39 g pro Port., 0,42 g pro 100 g

 BE 3,3 LK

Schlemmerfiletschnitte »à la bordelaise« (1311) ①

Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse, Salzkartoffeln

Cholesterin: 72 mg pro Port., 16 mg pro 100 g
Natrium: 1,44 g pro Port., 0,32 g pro 100 g

 BE 3,4 LK

Pfannkuchen mit Sauerkirschfüllung (4920) ⑨

und Vanillesoße

Cholesterin: 82 mg pro Port., 24 mg pro 100 g
Natrium: 0,18 g pro Port., 0,05 g pro 100 g

 BE 4,0 LK

Schweineroulade (4224) ⑦

mit Hackfleischfüllung, in Soße, mit Karotten in Streifen, Broccoli, Blumenkohl und Kartoffelpüree

Natrium: 1,87 g pro Port., 0,34 g pro 100 g

 BE 2,8 LK

Bestell-Nr. 9219

Leichte Vollkost: Mundgerechte Menüs mit BE-Angabe

Hühnerfrikassee (4502)

Karottengemüse mit Petersilie, Langkorn-Reis

Cholesterin: 72 mg pro Port., 16 mg pro 100 g
Natrium: 0,95 g pro Port., 0,21 g pro 100 g

 BE 3,8 LK

Fleischbällchen in feiner Tomatensoße (4405) ⑨

mit Broccoli naturell, Kartoffelpüree

Cholesterin: 81 mg pro Port., 18 mg pro 100 g
Natrium: 1,89 g pro Port., 0,42 g pro 100 g

 BE 3,0 LK

Grießbrei (4922) ⑨

mit Mandarinen

Natrium: 0,21 g pro Port., 0,04 g pro 100 g

 BE 3,9 LK

Kartoffel-Gemüsegericht (4621)

mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl in heller Rahmsoße

Cholesterin: 23 mg pro Port., 5 mg pro 100 g
Natrium: 1,53 g pro Port., 0,34 g pro 100 g

 BE 3,8 LK

Lachspfanne (4727)

Lachsfiletstreifen mit Penne-Nudeln, Blattspinat, Salatgurkenwürfeln und Cherytomaten

Cholesterin: 28 mg pro Port., 6 mg pro 100 g
Natrium: 1,93 g pro Port., 0,41 g pro 100 g

 BE 4,3 LK

Gemüseintopf mit Rindfleisch (4810)

Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln

Cholesterin: 39 mg pro Port., 7 mg pro 100 g
Natrium: 1,68 g pro Port., 0,30 g pro 100 g

 BE 1,4 LK

Sahnegeschnetzeltes (4202)

vom Schwein, Pariser Karotten, Spätzle-Nudeln

Cholesterin: 77 mg pro Port., 18 mg pro 100 g
Natrium: 0,90 g pro Port., 0,21 g pro 100 g

 BE 3,3 LK

Bestell-Nr. 9220

Leichte Vollkost: Mundgerechte Menüs mit BE-Angabe

Königsberger Klopse (4417)

in Kapernsoße, Karottengemüse, Salzkartoffeln

Cholesterin: 58 mg pro Port., 12 mg pro 100 g
Natrium: 1,73 g pro Port., 0,36 g pro 100 g

 BE 3,6 LK

Rahmgulasch (4203)

vom Schwein, Blumenkohl, Zöpfli-Nudeln

Cholesterin: 78 mg pro Port., 19 mg pro 100 g
Natrium: 0,86 g pro Port., 0,21 g pro 100 g

 BE 3,4 LK

Rührei mit Spinat (4601)

und Salzkartoffeln

Natrium: 1,35 g pro Port., 0,30 g pro 100 g

 BE 2,7 LK

Puten-Hacksteak (4530)

Karotten, Blumenkohl und Broccoli, Kartoffelpüree

Cholesterin: 60 mg pro Port., 13 mg pro 100 g
Natrium: 1,98 g pro Port., 0,43 g pro 100 g

 BE 3,1 LK

Milchreis (5009) ⑨

mit Zimt bestreut, Sauerkirschen

Cholesterin: 8 mg pro Port., 2 mg pro 100 g
Natrium: 0,08 g pro Port., 0,02 g pro 100 g

 BE 4,3 LK

Frühlingstopf (4805)

mit Grießklößchen

Cholesterin: 20 mg pro Port., 4 mg pro 100 g
Natrium: 1,05 g pro Port., 0,21 g pro 100 g

 BE 2,1 LK

Zartes Kalbgeschnetzeltes (4310)

Pastinakengemüse, Hörnchennudeln

Cholesterin: 87 mg pro Port., 19 mg pro 100 g
Natrium: 0,97 g pro Port., 0,21 g pro 100 g

 BE 4,3 LK

Bestell-Nr. 9221



Wochenkartons

Vegetarische Kost

Broccoli-Bandnudeln (7623)

in Pilz-Sahnesoße



Pfannkuchen mit Quarkfüllung

(4925) ⑨

und Heidelbeeren



Mediterrane Zucchini-Pfanne

(8028)

mit Ebly-Weizen



2 Spiegeleier (1314)

auf Spinat, Salzkartoffeln



Herzhafter Nudelteller (8001)

deftige Nudelkreation aus Käsespätzle »Allgäuer Art«, hausgemachten Gemüse-Maultaschen und Bandnudeln mit Pilzrahmsoße, verfeinert mit Weißwein



Kartoffel-Suppentopf (4633)

herzhaft abgeschmeckt



Fränkisches Grünkernkühle (4637)

Getreidebratling im Gemüsebett, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln



Bestell-Nr. 9222

Vegetarische Kost

Gemüsepfanne mit Mini-Gemüse-

maultaschen (7606)

Karotten, rote Paprika, Erbsen, Mais und Champignons, mit Kräutern verfeinert



Mozzarella-Kartoffel-Plätzchen

(8067)

garniert mit Tomatenscheiben und Käse, dazu Gemüseplatte naturell



Nudelplatte (8024)

Variation aus Nudel-Spezialitäten: Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße



Frühlingstopf (4805)

mit Grießklößchen



Kaiserschmarrn (4924) ⑨

mit fruchtigen, gewürfelten Birnen



Käsespätzle »Allgäuer Art« (8029)

mit Röstzwiebeln



Blumenkohl-Käse-Medailon (4631) ①

mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln



Bestell-Nr. 9223

Pürierte Kost
Leichte Vollkost mit BE-Angabe

Hackbraten (4416)

in Bratensoße, Broccoligemüse, Steckrübenpüree

Hackbraten-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 388 kJ (93 kcal); Fett 5 g, davon ges. FS 1 g;

KH 7 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,67 g



Hähnchenbrustfilets (4538)

in Käsesoße, Karottengemüse, Kartoffelpüree

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 351 kJ (84 kcal); Fett 4 g, davon ges. FS 1 g;

KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,88 g



Hubertusbraten (4234)

Schweinebraten mit Champignons, Broccoli,

Kartoffelpüree

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 340 kJ (81 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;

KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,64 g



Rührei (4667)

Spinat, Kartoffelpüree

Gesamt-Einwaage: 460 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 360 kJ (86 kcal); Fett 4 g, davon ges. FS 1 g;

KH 7 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,90 g



Alaska-Seelachs (4709)

in Tomaten-Kräuter-Soße, Gürkengemüse,

Pastinaken-Kartoffelpüree

Fisch-Einwaage: 70 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 306 kJ (73 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS <1 g;

KH 7 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,81 g



Kartoffelsuppe (4828) ③ ⑦ ⑧

mit Krakauer

Wurst-Einwaage: 80 g

Gesamt-Einwaage: 520 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 272 kJ (65 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;

KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,75 g



Rinderbraten (4171)

Kohlrabi, Kartoffelpüree mit Kräutern

Fleisch-Einwaage: 60 g

Gesamt-Einwaage: 440 g

Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:

Energie 323 kJ (77 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;

KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,75 g



Bestell-Nr. 9632



Pürierte Kost

Pürierte Kost Leichte Vollkost mit BE-Angabe

Schweinebraten (4232)

Kartottengemüse, Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 323 kJ (77 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,66 g



BE 2,2 LK

Bolognese vom Rind (4411)

mit Broccoli-Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **470 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 380 kJ (91 kcal); Fett 5 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,71 g



BE 2,3 LK

Schweinegeschnitzeltes in Rahmsoße (4222)

mit Kohlrabi, Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 397 kJ (95 kcal); Fett 5 g, davon ges. FS 2 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,52 g



BE 2,2 LK

Sauerbraten (4125)

mit Karotten, Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 331 kJ (79 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,75 g



BE 2,2 LK

Grießbrei (4927) ⑨

mit Pfirsichkompott
Gesamt-Einwaage: **500 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 215 kJ (51 kcal); Fett 1 g, davon ges. FS <1 g;
KH 8 g, davon Zucker 5 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,06 g



BE 3,3 LK

Möhreneintopf (4816)

mit Kartoffeln
Gesamt-Einwaage: **550 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 135 kJ (32 kcal); Fett <1 g, davon ges. FS <1 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 1 g; Salz 1,11 g



BE 2,8 LK

Hähnchenbrustfilet (4539) ⑨

Blumenkohl-Broccoligemüse, Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 252 kJ (60 kcal); Fett 2 g, davon ges. FS <1 g;
KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,85 g



BE 2,2 LK

Bestell-Nr. 9633

Pürierte Kost Leichte Vollkost mit BE-Angabe

Königsberger Klopse (4422)

in Kapernsoße, Karotten, Steckrüben-Kartoffelpüree
Klößchen-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 425 kJ (102 kcal); Fett 6 g, davon ges. FS 2 g;
KH 8 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 3 g; Salz 0,64 g



BE 2,9 LK

Putenkeulenbraten (4509)

in Rahmsoße, Blumenkohl, Broccoli-Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 306 kJ (73 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,90 g



BE 2,2 LK

Lammbraten (4012)

in Rosmarinsoße, Zucchini-Gemüse, Kräuter-Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 323 kJ (77 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,80 g



BE 2,2 LK

Kalbfleisch (4313)

in Kräutersoße, Broccoli, Karotten-Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 385 kJ (92 kcal); Fett 4 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,48 g



BE 2,2 LK

Alaska-Seelachs in Dillsoße (4714)

mit gelben Möhren und Spinat-Kartoffelpüree
Fisch-Einwaage: **70 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 289 kJ (69 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS <1 g;
KH 6 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,76 g



BE 2,2 LK

Gemüseintopf (4809)

mit magerem Schweinefleisch
Fleisch-Einwaage: **80 g**
Gesamt-Einwaage: **550 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 206 kJ (49 kcal); Fett 1 g, davon ges. FS <1 g;
KH 3 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,51 g



BE 1,4 LK

Rinder-Kräuterbraten (4174)

Pastinakengemüse, Karotten-Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **55 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 357 kJ (85 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 8 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,73 g



BE 2,9 LK

Bestell-Nr. 9634

Pürierte Kost Leichte Vollkost mit BE-Angabe

Rindergeschnitzeltes (4124)

in Soße, Broccoli, Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 323 kJ (77 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 6 g; Salz 0,59 g



BE 2,2 LK

Hühnerfrikassee (4507)

Karotten, Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 331 kJ (79 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS <1 g;
KH 7 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,75 g



BE 2,6 LK

Alaska-Seelachs (4705)

in Senf-Kräutersoße, Spinat, Kartoffelpüree mit Petersilie
Fisch-Einwaage: **70 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 343 kJ (82 kcal); Fett 4 g, davon ges. FS 1 g;
KH 7 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,85 g



BE 2,6 LK

Schweinegulasch (4205) ⑨

Broccolipüree
Fleisch-Einwaage: **80 g**
Gesamt-Einwaage: **470 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 374 kJ (89 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 7 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 8 g; Salz 0,72 g



BE 2,8 LK

Milchreis (4928) ⑨

mit Sauerkirschen
Gesamt-Einwaage: **450 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 275 kJ (65 kcal); Fett 1 g, davon ges. FS <1 g;
KH 12 g, davon Zucker 2 g; Eiweiß 2 g; Salz 0,04 g



BE 4,5 LK

Steckrübeneintopf (4829)

mit Schweinefleisch
Fleisch-Einwaage: **65 g**
Gesamt-Einwaage: **550 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 198 kJ (47 kcal); Fett 1 g, davon ges. FS <1 g;
KH 4 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,56 g



BE 1,8 LK

Jägerbraten (4233)

vom Schwein, in Champignonsoße, Broccoli, Steckrüben-Kartoffelpüree
Fleisch-Einwaage: **60 g**
Gesamt-Einwaage: **440 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 348 kJ (83 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 6 g, davon Zucker 1 g; Eiweiß 7 g; Salz 0,58 g



BE 2,2 LK

Bestell-Nr. 9635

Hofmann Trink-Menü

TRINK- UND ERGÄNZUNGSNAHRUNG – EINFACH, NATÜRLICH, ABWECHSLUNGSREICH



Die Trink-Menüs sind besonders geeignet bei Kau- und Schluckbeschwerden. Sie werden mit besten Zutaten traditionell-handwerklich zubereitet und fein passiert. Das Nährstoffprofil der Trink-Menüs ist energetisch ausgewogen und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Die zahlreichen Geschmacksvarianten – von herzhaft bis süß, von Fisch bis Fleisch – sorgen für Abwechslung und Wohlbefinden.

AUFBEREITUNG

Schonende Zubereitung im Wasserbad



1 Wasser in einem Kochtopf zum Kochen bringen und Menü-Beutel vorsichtig hineingeben.



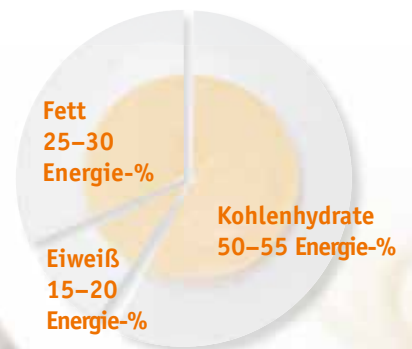
2 Zur Aufbereitung den Menü-Beutel ca. 20 Minuten im sprudelnden Wasser erhitzen.



3 Menü-Beutel aus dem Wassertopf nehmen und mit einer Schere am oberen Ende öffnen.



4 Trink-Menü einfach in einen tiefen Teller oder ein geeignetes Trinkgefäß geben.




... in der Mikrowelle

Für die Aufbereitung in der Mikrowelle Trink-Menü aus dem Folienbeutel entnehmen, in einen Suppenteller geben, mit einer handelsüblichen Mikrowellenhaube abdecken und bei 800 Watt 3 Minuten aufbereiten, dann unbedingt umrühren und erneut bei 800 Watt 1 Minute erwärmen.

Trink-Menü

Kartoffel-Trink (2580)

mit Rindfleisch
Fleisch-Einwaage: **14 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS <1 g;
KH 15 g, davon Zucker 13 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,74 g 




Pilzcreme-Trink (2587)

mit Rindfleisch
Fleisch-Einwaage: **7 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 504 kJ (120 kcal); Fett 4 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,73 g




Zucchini-Broccoli-Trink (2582)

mit Kalbfleisch
Fleisch-Einwaage: **8 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 467 kJ (111 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,58 g 




Karotten-Kürbis-Trink (2586)

mit Kalbfleisch, abgeschmeckt mit Ingwer
Fleisch-Einwaage: **7 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,50 g 




Geflügel-Gemüse-Trink (2581)

mit Hühnerfleisch, Sellerie, Karotten, Blumenkohl und Broccoli
Fleisch-Einwaage: **5 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 13 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,75 g 




Blumenkohl-Kräuter-Trink (2584)

mit Huhnfleisch
Fleisch-Einwaage: **5 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,75 g 




Kartoffel-Tomaten-Trink (2592)

mit Alaska-Seelachs, verfeinert mit Basilikum
Fisch-Einwaage: **12 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS <1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,60 g 




Gemüse-Trink (2590)

mit Karotten, Sellerie, Broccoli und Blumenkohl
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 484 kJ (115 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 16 g, davon Zucker 15 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,80 g 




Spinat-Käse-Trink (2593)

Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 413 kJ (98 kcal); Fett 2 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,78 g 



Milchreis-Trink (2591)


mit Zimt
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 396 kJ (94 kcal); Fett 2 g, davon ges. FS 1 g;
KH 14 g, davon Zucker 11 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,10 g 



Bestell-Nr. 9630


Trink-Menü

Erbsen-Karotten-Trink (2585)

mit Rindfleisch
Fleisch-Einwaage: **7 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 467 kJ (111 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,49 g 




Pastinaken-Sellerie-Trink (2902)

mit Rindfleisch
Fleisch-Einwaage: **7 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,70 g 




Kartoffel-Sellerie-Trink (2589)

mit Kalbfleisch
Fleisch-Einwaage: **7 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 467 kJ (111 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 13 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,83 g 




Broccoli-Blumenkohl-Trink (2904) ⁷

mit gekochtem Vorderschinken
Schinken-Einwaage: **5 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 467 kJ (111 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 15 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,63 g 




Zucchini-Tomaten-Trink (2905)

mit Lammfleisch
Fleisch-Einwaage: **7 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 467 kJ (111 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS <1 g;
KH 15 g, davon Zucker 15 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,77 g 




Tomaten-Mais-Trink (2583)

mit Geflügel
Fleisch-Einwaage: **5 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 504 kJ (120 kcal); Fett 4 g, davon ges. FS <1 g;
KH 16 g, davon Zucker 13 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,70 g 




Steckrüben-Karotten-Trink (2594)

mit Geflügel
Fleisch-Einwaage: **5 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,75 g 




Gelbe-Rüben-Trink (2579)

mit Hühnerfleisch
Fleisch-Einwaage: **5 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 14 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,75 g 




Kartoffel-Dill-Trink (2588)

mit Alaska-Seelachs
Fisch-Einwaage: **12 g**
Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 450 kJ (107 kcal); Fett 3 g, davon ges. FS 1 g;
KH 15 g, davon Zucker 12 g; Eiweiß 4 g; Salz 0,57 g 



Schmelzflocken-Trink (2906)

Gesamt-Einwaage: **200 g**
Durchschnittliche Nährwerte pro 100 g:
Energie 413 kJ (98 kcal); Fett 2 g, davon ges. FS 1 g;
KH 14 g, davon Zucker 12 g; Eiweiß 5 g; Salz 0,14 g 



Bestell-Nr. 9631

Perfekter Service

Genießen Sie mit der Menü-Manufaktur Hofmann jeden Tag Frische, Vielfalt und Abwechslung. Ganz nach Ihrem persönlichen Geschmack und Ihren individuellen Bedürfnissen können Sie aus über 200 Menüs auswählen, die in folgenden Kategorien zusammengestellt sind:

- Vollkost
- Piccolino Vollkost
- Kostform-Varianten
- Vegetarische Kost
- Mundgerechte Kost mit BE-Angabe
- Pürierte Kost mit BE-Angabe
- Trink-Menü
- Suppen

Die nach handwerklicher Tradition für Sie gekochten Menüs können Sie einzeln zusammenstellen – oder im praktischen Wochenkarton bestellen.

So einfach bestellen Sie die Menüs

1. Wählen Sie die von Ihnen gewünschte Kategorie.
2. Stellen Sie 7 Menüs individuell nach Ihrem Geschmack zusammen oder entscheiden Sie sich für einen Wochenkarton.
3. Tragen Sie bitte die entsprechenden Bestell-Nummern in das Bestell-Formular ein.
4. Geben Sie die Bestellung Ihrem Menü-Lieferservice mit.

So kommen die Menüs zu Ihnen

Direkt nach der Zubereitung durch unsere Meisterköche wird jedes Menü sofort für Sie »auf Eis« gelegt und anschließend zu Ihnen auf die Reise geschickt. Die Temperatur wird zur Gewährleistung einer ununterbrochenen Tiefkühlkette ständig geprüft und dokumentiert. Geliefert wird in handlichen und einfach zu lagernden 7er Kartons.

So lagern Sie die Menüs

Für die korrekte Lagerung unserer Menüs achten Sie bitte auf eine Temperatur von -18°C in der Tiefkühltruhe oder im Tiefkühlschrank. Auf Wunsch können Sie von uns auch eine geeignete 50-l-Kühlbox für zu Hause beziehen. Die Menüspezialitäten nach dem Auftauen/Regenerieren direkt verzehren und nicht wieder einfrieren.



frische,
Vielfalt
und Genuss





Zeit zum Genießen!

Leichte Zubereitung

Im Heißlufttherd

Damit Ihr Menü im Heißlufttherd gut gelingt, stellen Sie einfach die Temperatur auf 150 °C ein und erhitzen Sie das Menü ca. 50 Minuten in der Schale.

Im Backofen

Für die Aufbereitung im Backofen bitte das Menü in der Schale ca. 60 Minuten bei ca. 200 °C aufbereiten.

Im Servtherm-Gerät

Im Servtherm-Gerät erhitzen Sie unsere leckeren Menüs auf ganz schonende Art mit Wasserdampf. Das Gerät an die Steckdose anschließen und mit dem beiliegenden Messbecher 3 randvoll gefüllte Becher Wasser einfüllen (à je ca. 100 ml). Die geschlossene Menüschale in das Gerät stellen.

Jetzt die Gerätehaube auflegen und das Menü ca. 45 Minuten aufbereiten. Anderslautende Aufbereitungshinweise auf der Schale gelten nicht für das Servtherm-Gerät. Das Servtherm-Gerät erhalten Sie natürlich direkt von uns.



Zusatzstoffe

Die in unseren Produkten enthaltenen Zusatzstoffe sind wie folgt gekennzeichnet:

- ① mit Farbstoff
- ③ mit Antioxidationsmittel
- ⑤ geschwefelt
- ⑦ mit Nitritpökelsalz
- ⑧ mit Phosphat
- ⑨ mit Süßungsmittel(n)



... gut gewählt!

