



## Menüvorschlag vom 25.01.2021 bis 29.01.2021

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	25.01.2021 Montag	26.01.2021 Dienstag	27.01.2021 Mittwoch	28.01.2021 Donnerstag	29.01.2021 Freitag
<b>Vorspeise oder Vorsuppe</b>	Honigmelone mit Lachsschinken oder Grießklößchensuppe	Bauernsalat mit Fetakäse, Oliven und Peperoni oder Kürbiscremesuppe	Radieschensalat mit Frühlingszwiebeln und Apfel oder Fadennudelsuppe	Gemüse-Schinken-Salat oder Gemüsesuppe	Karotten-Rucola-Salat mit Joghurt-Dressing oder Minestrone
<b>Tagesgericht</b>	Cevapcici (R) mit Zaziki, Kartoffelrösti, würziges Mischgemüse oder Lauchgemüse	Schweinebraten mit Soße, Eierspätzle und Rosenkohl	Dicke Rippe (S) mit würzigen Kartoffelwedges und Weinsauerkraut	Putengyros mit Zaziki und Pommes frites	Geschmorte Hähnchenkeule süß-sauer, Curryreis und Wok-Gemüse
<b>Alternative (ohne Schwein)</b>	Gemüse-Curry mit Tofu, Joghurt-Chilisoße und Vollkornreis	Paniertes Schollenfilet mit Sauce Hollandaise, Petersilienkartoffeln und gedünstetes Gartengemüse	Hähnchenstreifen in Rucolasoße und Tomaten-Bandnudeln	Gebratenes Seelachsfilet mit Spinatnudeln und Tomaten-Kräuter-Ragout	Rinderfrikadelle mit Zwiebelsoße, Salzkartoffeln und geschmorte Zucchini
<b>Gelände/Outdoor</b>	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Karotten und Champignons, dazu Salzkartoffeln	Rindfleisch-Bohnen-Eintopf	Schmorsteak (R) mit Steinpilzrahmsoße, gebratene Gnocchi und Erbsen-Karottengemüse	Rinderrahmgeschnetzeltes mit Reis und Blumenkohlröschen	
<b>Vegetarisches Gericht</b>	Cannelloni (Teigrolle mit Frischkäse und Blattspinat) und Tomaten-Gemüsesoße	Saftige Karottenröstis mit Joghurt-Kräutercreme	Gefüllte Maultaschen mit Käse und Spinat, dazu Zwiebelsoße	Sellerieschnitzel mit Pfefferrahmsoße und Reis	Bunter Gemüseeintopf, dazu ein Vollkornbrötchen
<b>Nachspeise</b>	Rhabarber-Erdbeer-Kompott mit Vanillejoghurt oder Schokoladenpudding	Pfirsichquark mit Mandeln oder Kaiserschmarrn mit Apfelmus oder Grießspeise	Obstcocktail oder Fruchtjoghurt	Erdbeercreme oder Streuselkuchen oder Vanillepudding	Birne mit Mousse au Chocolat oder Milchreis mit Früchten
<b>Fitnessvorschlag (ca. 700 kcal)</b>	Honigmelone mit Lachsschinken Gemüse-Curry mit Tofu, Joghurt-Chilisoße und Vollkornreis Rhabarber-Erdbeer-Kompott mit Vanillejoghurt	Bauernsalat mit Fetakäse, Oliven und Peperoni Rindfleisch-Bohnen-Eintopf Pfirsichquark mit Mandeln	Radieschensalat mit Frühlingszwiebeln und Apfel Hähnchenstreifen in Rucolasoße und Tomaten-Bandnudeln Obstcocktail	Gemüsesuppe Gebratenes Seelachsfilet mit Spinatnudeln und Tomaten-Kräuter-Ragout Obst	Karotten-Rucola-Salat mit Joghurt-Dressing Bunter Gemüseeintopf, dazu ein Vollkornbrötchen Birne mit Mousse au Chocolat

**Zusätzlich bieten wir Ihnen täglich ein reichhaltiges Salatbuffet sowie eine vielfältige Auswahl an Kaltgetränken und Kaffeespezialitäten an.**

Die Allergen- und Inhaltsstoffkennzeichnungen finden Sie auf den Aufstellern in Ihrer Truppenküche. Sprechen Sie bei Fragen gerne das Küchenpersonal an.

Die Menüpläne sind auch im Internet verfügbar! QR-Code scannen.



R: Rind    S: Schwein    G: Geflügel