



## Menüvorschlag vom 06.12.2021 bis 10.12.2021

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	06.12.2021 Montag	07.12.2021 Dienstag	08.12.2021 Mittwoch	09.12.2021 Donnerstag	10.12.2021 Freitag
<b>Vorspeise oder Vorsuppe</b>	Frühlingsrolle mit Gemüse und Chilisoße „süß-sauer“ oder Bihunsuppe (G)	Gemüse-Käse-Salat oder Selleriecremesuppe	Calamariringe in Backteig mit Knoblauchdip oder Gemüsesuppe mit Ingwer	Farmersalat mit Stangenweißbrot oder Hühnernudelsuppe	Tomaten- u. Mozzarellascheiben mit Stangenweißbrot oder Geflügelcremesuppe
<b>Tagesgericht</b>	Thunfischpizza	Schweinebraten mit Kidneybohnen, Mais und Paprika, Kräuterkartoffeln und Blattspinat	Schweineschnitzel mit Schinken, Tomate u. Käse überbacken, dazu Eibly und Kohlrabigemüse	Gebratenes Kotelette (S) mit brauner Soße, Schupfnudeln und gedünstete Schwarzwurzeln	Zwiebelsteak (S) mit brauner Soße mit Kümmel, bunte Spiralnudeln und grüne Bohnen
<b>Alternative (ohne Schwein)</b>	Spaghetti mit Tomatensoße mit Zucchini und Basilikum	Seelachsfilet mit Brokkoli und Käse, dazu Reis und gedünstetes Gartengemüse	Mariniertes Hähnchenfilet mit Knoblauch, dazu Vollkornreis mit Petersilie und Wokgemüse	Paniertes Schollenfilet mit Joghurt-Kräutercreme, Kartoffeln und geschmorte Zucchini	Hähnchenfrikadelle mit Geflügelsoße, Kartoffeltaschen mit Frischkäse und Pariser Karotten
<b>Gelände/Outdoor</b>	Gegrillte Hähnchenkeule mit Pommes oder Kartoffelsalat, Erbsen oder Paprikagemüse	Gemüseeintopf mit Rindfleisch „Pichelsteiner Art“ und Vollkornbrötchen	Gulaschtopf (R) mit Kartoffeln und Baguettebrötchen	Putengeschnetzeltes mit Pilzen und Salzkartoffeln	
<b>Vegetarisches Gericht</b>	Milchreis mit Kirschen, Zimt und Zucker	Saftige Hirse-Käse-Schnitte mit Sahnesoße, dazu Kartoffelpüree	Gebratenes Soja-Steakly mit Arabiatasoße und Bandnudeln	Scharfes Paprika-Kartoffel-Curry	Überbackene Pfannkuchen mit Blattspinatfüllung
<b>Nachspeise</b>	Helle Creme mit Mandarinen oder Schokoladenpudding	Rhabarber-Erdbeer-Kompott mit Vanillejoghurt oder Windbeutel oder Fruchtjoghurt	Quark-Creme mit Obst oder Zitronencreme oder Götterspeise	Buttermilch-Beeren-Mix oder Marillenknödel mit Vanillesoße oder Grießspeise	Mousse Blutorange oder Buttermilchdessert
<b>Fitnessvorschlag (ca. 700 kcal)</b>	Bihunsuppe (G) Thunfischpizza Obst	Gemüse-Käse-Salat Gemüseeintopf mit Rindfleisch „Pichelsteiner Art“ und Vollkornbrötchen Rhabarber-Erdbeer-Kompott mit Vanillejoghurt	Gemüsesuppe mit Ingwer Mariniertes Hähnchenfilet mit Knoblauch, Vollkornreis mit Petersilie und Wokgemüse Quark-Creme mit Obst	Hühnernudelsuppe Scharfes Paprika-Kartoffel-Curry Buttermilch-Beeren-Mix	Tomaten- und Mozzarellascheiben mit Stangenweißbrot Überbackene Pfannkuchen mit Blattspinatfüllung Obst

**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