



# Menüplan



Verpflegungsmanagement  
der Bundeswehr

## Mittag vom 13.06.2022 bis 17.06.2022

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit! Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	13.06.2022 Montag	14.06.2022 Dienstag	15.06.2022 Mittwoch	16.06.2022 Donnerstag	17.06.2022 Freitag
<b>Vorspeise oder Vorsuppe</b>	Bruschetta mit Käse und Tomate Fruchtkaltschale Brätspätzlesuppe (S)	Rote Beete Salat mit Weißkäse (Feta-Art), Fruchtkaltschale, Zwiebelsuppe mit Croûtons	Roter Heringssalat Fruchtkaltschale Maiscremesuppe mit Kokosmilch	Karotten-Rucola-Salat Tomaten-Gurken-Suppe (kalt) Zucchinicremesuppe	Couscous-Mango-Salat Leberspätzlesuppe (S)
<b>Fitnesskost</b>	Vollkorn-Fusilli mit Champignon-Zucchini- Rahmsoße	Rinderschmorsteak mit Kichererbsen und Salzkartoffeln	Hähnchendöner mit Joghurt- und scharfer Tomatensoße	Überbackenes Seelachsfilet mit Tomatensoße, Ebly (Hartweizen) und Mandelbrokkoli	Linsen-Curry-Eintopf mit Kokosmilch und Koriander, dazu ein Vollkornbrötchen
<b>Vegetarisches Gericht</b>	Lasagne "Bolognese Art" (ohne Hackfleisch)	Stangenspargel mit Buttersoße (Hollandaise) und Salzkartoffeln	Brokkoli-Haselnuss-Ecken mit Kräuter-Dip und Reis	Soja-Hackbällchen mit Rahmchampignons und grünen Bandnudeln	Rote Beete Nudeln mit Spinat
<b>Tagesgericht I</b>	Hühnerfrikassee mit Gemüse und Kräuterreis	Schweinegulasch mit bunten Spiralnudeln und Pariser Karotten	Rindergeschnetzeltes mit Vollkornspiralen und Rosenkohl	Rindfleischkartoffeltopf mit Wurzelgemüse, dazu ein Baguettebrötchen	
<b>Tagesgericht II</b>	Wirsingroulade (S) mit Soße, Butterkartoffeln und Steckerübgemüse oder Romanescoröschen	Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Tomatenreis und Spinat	Paniertes Schweineschnitzel mit Rahmsoße, Kartoffelkroketten und Gemüsemischung "Leipziger Allerlei"	Knoblauchsteak (S) mit gedünsteten Zwiebeln, Braune Soße, Kartoffelgratin und Paprikagemüse	Chicken-Nuggets mit Tomaten-Chili-Salsa, Pommes frites und Erbsen-Karottengemüse
<b>Nachspeise</b>	Obstsortiment Quarkspeise mit Mango und Knusper-Müsli Helle Creme mit Aprikose Schokoladenpudding	Obstsortiment Mandarin-Orangen-Quark Quark mit Früchten Schokomuffin	Obstsortiment Quarkspeise mit Mango und Knusper-Müsli Fruchtjoghurt	Obstsortiment Quarkspeise mit Ananas und Mandeln Buttermilchdessert Apfelstrudel mit Vanillesoße	Obstsortiment Erdbeer-Haferflocken-Joghurt Vanillepudding
<b>Fitness- vorschlag (ca. 700 kcal)</b>	Brätspätzlesuppe Vollkorn-Fusilli mit Champignon-Zucchini- Rahmsoße Quarkspeise mit Mango und Knusper-Müsli	Rote Beete Salat mit Weißkäse (Feta-Art) Rinderschmorsteak mit Kichererbsen und Salzkartoffeln Obstsortiment	Maiscremesuppe m. Kokosmilch Hähnchendöner mit Joghurt- und scharfer Tomatensoße Quarkspeise mit Mango und Knusper-Müsli	Karotten-Rucola-Salat Überbackenes Seelachsfilet mit Tomatensoße, Ebly (Hartweizen) und Mandelbrokkoli Obstsortiment	Couscous-Mango-Salat Linsen-Curry-Eintopf mit Kokosmilch und Koriander, dazu ein Vollkornbrötchen Erdbeer-Haferflocken-Joghurt

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

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

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



BUNDESWEHR

(R): Rind (S): Schwein (G): Geflügel