



Speiseangebot für die

Am Röhrenteich 5 · 08626 Adorf
 Handy 015123538191
 Telefon: 03 74 23 / 32 34 Fax 3235
 E-Mail oberlandkueche@web.de

KW 03	2025	Essen rot	Essen blau	Essen schwarz	Essen grün	Salat
Montag, 13.01.2025		gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße Kartoffelbrei (4,5,10)(A,C,G,I,J)	Geschnetzeltes vom Schwein „Züricher Art mit Spätzle (A,C,I,J)(2,3,12)	Brokkolicremesuppe mit Mandelsplitter, Brötchen (vegetarisch) (A,G,I,H)	Eier-Salat, klassisch wie von Oma mit Weißbrotbaguette (5,7)(A,C,G,I)	Salatteller mit Thunfisch, Ei, Croutons und Gartenkräuterdressing (3,4)(A,C;D;G;I;J)
Dienstag, 14.01.2025		Hähnchenschnitzel mit Kartoffeln und Blumenkohl (A,I,J,L)	Spaghetti "Bolognese" (4,5)(A)	gefüllter Germknödel mit Butter, Mohnzucker und Vanillesoße (3,5)(A;C;G)	2 Fischbaguettes mit Zwiebel und Garnitur (3,5)(A;C;D;G;J)	Salatvariation mit Entenbrust und Asiadressing im Weizenfladen, (A,F,G,2,4)
Mittwoch, 15.01.2025		Eisbein (ausgelöst) in Meerrettichsoße mit Kartoffeln und Sauerkraut (4,7,10)(A;G;I;J;L)	Kap-Seehechtfilet (gedünstet) mit Zitronensoße Kartoffeln und Fingermöhrrchen (3)(A,D,G,I)	Chili con Carne (mexikanischer Rote-Bohnen-Eintopf,scharf) (4)(A,I,L)	Mediterraner Nudelsalat mit Hähnchensteak und Kräuter-Dip (1,3,5)(A,C,G,I,L)	Fitnesssteller Salatmix, Obst, Knuspermüli Zitrone-Joghurt-Dressing (3,5)(A,G,E,H)
Donnerstag, 16.01.2025		Hähnchenkeule mit Klößen und Apfelrotkohl (4,7)(A,I,J,L)	Bami Goreng (asiatisch) Bandnudeln Hähnchenfleisch und Gemüse (4)(A,C,J,F,I)	Grüne Bohnen Eintopf mit Knacker (4,7,10)(A;G;I;L)	deftige bayrische Brotzeit (7)(A;C;G;I;J)	Salatvariation mit gegrillten Zucchini und Champignons im Weizenfladen dazu 1 Klecks leckere Salsa(3,5,12)(A,G)
Freitag, 17.01.2025		Deftiger Schweinebraten mit Rösti's und Rosenkohl (4,7)(A;I;J)	Brokkoli u.Blumenkohl überbacken, dazu Hollandaise und Kartoffeln (A,G,C,)	Käse-Lauchsuppe mit Hackfleisch, Baguett (3,10) (A,G,I)	2 Beefsteak(kalt) mit Pfefferremoulade u. hausgem. Kartoffelsalat (3,5,10)(A;C;G;I;J;L)	Griechischer Bauernsalat mit Baguette und Kräuterbutter (5)AJ

Umbestellungen für den jeweiligen Tag bis 8:00 Uhr möglich (solange die Gerichte verfügbar sind)
 alle anderen Änderungen bitte von 9,00 Uhr bis 14,00 Uhr. BITTE telefonisch, Danke!

In Klammer: 1= mit Farbstoff,2= mit Konservierungsstoff,3=mit Antioxydationsmittel;4=mit Geschmacksverstärker; 5= mit Süßungsmittel ;6= enthält Phenylnaninquelle; 7= mit Phosphat;

8 =gewachst; 9 =geschwärzt ;10 =geschwefelt; 11= Alkohol ; 12 =Pilze

Wir verwenden zum Würzen unserer Speisen Jodsalz

Hauptallergene	A=Glutenhaltig/ Weizen	B=Krebstiere	C=Eier	D=Fisch	E=Erdnüsse
	F=Sojabohnen	G=Milch	H=Schalenfrüchte/Nüsse	I=Sellerie	J=Senf
	K=Sesamsamen	L=Schwefeldioxid/Sulfide	H1=Mandel H2=Haseln.	M=Lupine	N=Weichtier

Werte Kundschaft, bitte füllen Sie den unteren Abschnitt des Speiseplanes aus (bitte Zahlen schreiben) und geben Sie diesen bis

Mittwoch Ihrem Essensfahrer mit. Wir möchten Sie außerdem bitten, die leeren Essenbehälter täglich bereit zu stellen.

BITTE HIER ABTRENKEN

KW 03	Essen rot	Essen blau	Essen schwarz	Essen grün	Salat
Montag 13.01.25					
Dienstag 14.01.25					
Mittwoch 15.01.25					
Donnerstag, 16.01.25					
Freitag, 17.01.25					

Name & Anschrift:

Essen gesamt: