

## 580801\_IGS Barleben\_FreeFlow Monat Januar 2023

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.01.-06.01.2023 KW 1	<b>Hauptkomponente</b>	Herzhaftes Rindergulasch <R>	Dorschfilets in Senfsoße <F>	Bolognese aus Rind und Schwein <R, S>	Jagdwurstgulasch in Tomatensoße <S>	
	<b>Hauptkomponente Veggie</b>	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art" <V>, Vegetarische Soße Stroganoff <V>	Reibekuchen "Hausfrauen Art" <V>, Apfelmus	Eieromelette "Natur" <V> in Senfsoße	Mini-Karotten-Ecke <V>	
	<b>Gemüsebeilage</b>	Blumenkohlröschen, Erbsen	Fingermöhren	Karottensalat, Gouda, geraspelt	Käsesoße	
	<b>Sättigungsbeilage</b>	Kartoffelpüree, Kartoffelklöße	Langkornreis	Penne Rigate, Salzkartoffeln	Stampfkartoffeln, Fusili-Nudel	
	<b>Salatbar</b>	Knackig frische Salate, Rohkost und Obst der Saison, geliefert aus der Region.				
09.01.-13.01.2023 KW 2	<b>Hauptkomponente</b>	Alaska-Seelachsschnitte in feiner Tomatensoße<F>	Hühnerfrikassee "Frühlings Art" <G>	Schweinegulasch Hausfrauen Art <S, R>	Chicken Nuggets <G>, Tomatensoße "Italia" <V>	Tomatensuppe mit Reis und Rind <R>, Bauereintopf mit Rindswurst <R>
	<b>Hauptkomponente Veggie</b>	Vegetarische Bolognese <V>	Gemüsenuggets <V>, Tomatensoße	Kaiserschmarrn ohne Rosinen <V>	Brokkolirösti <V>, Helle Cremesoße	Vegetarische Linsensuppe <V>
	<b>Gemüsebeilage</b>	Gouda, geraspelt	Erbsen und Karotten	Rotkohl, Apfelmus	Helle Cremesoße	
	<b>Sättigungsbeilage</b>	Langkornreis, Fusili-Nudel	Salzkartoffeln, Gnocchi	Eierspätzle	Kurze Makkaroni, Kleine Kartoffeln	Roggenbrötchen
	<b>Salatbar</b>	Knackig frische Salate, Rohkost und Obst der Saison, geliefert aus der Region.				
16.01.-20.01.2023 KW 3	<b>Hauptkomponente</b>	Gockelchen paniertes Hähnchenbrust Formfleisch <G>, Geflügelsoße	"Köfta" gebratene Rinderfrikadelle <R>, Bratensoße	Rindergulasch mit Karottenscheiben in Rahmsoße <R>	Alaska-Seelachs ummantelt mit einer Puffreis-Panade <F>	Herzhafter Möhreintopf mit Schweinefleisch <S>, Wirsingintopf mit Rindfleischklößchen <R>
	<b>Hauptkomponente Veggie</b>	Mini Gemüseravioli in Tomatensoße <V>	Polenta-Rauten <V>	Milchreis <V> mit Zimt und Zucker	Rührei <V>	Triple cheese "Drei-Käse-Suppe" mit Veggie-Hack aus Soja <V>
	<b>Gemüsebeilage</b>	Leipziger Allerlei	Fingermöhren Naturell in Helle Cremesoße, Bohnen	Apfelmus, Erbsen	Rahmspinat	
	<b>Sättigungsbeilage</b>	Kartoffelpüree, Gabelspaghetti, Tomaten-Mozzarella-Soße	Pommes Dauphine	Salzkartoffeln, Gabelspaghetti	Kräuterkartoffeln, Salzkartoffeln, Dillrahmsoße	Kürbiskernbrötchen

16.01.- ).01.2023	<b>Salatbar</b>	Knackig frische Salate, Rohkost und Obst der Saison, geliefert aus der Region.				
23.01.-27.01.2023 KW 4	<b>Hauptkomponente</b>	Geschmorter Rinderbraten in Soße mit Champignons <R>	Tagliatelle "Spinaci" mit Lachs <F>	Hacksteak vom Hähnchen <G>, Tomatensoße	Käsesoße Carbonara Art mit Putenformschinken <G>	Erbsensuppe mit Wiener Wurst <S>, Grüne Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch <R>
	<b>Hauptkomponente Veggie</b>	Penne in Tomaten-Mozzarella-Soße	Kartoffel-Quark-Ecke <V>, Helle Cremesoße mit Schnittlauch	Hefeklöße "Thüringer Art", Rote Fruchtgrütze	Nudel-Brokkoli-Auflauf <V>	Sommergemüse-Eintopf <V>
	<b>Gemüsebeilage</b>	Karotten, Blumenkohlröschen	Karotten		Erbsen	
	<b>Sättigungsbeilage</b>	Frühlingspüree, Salzkartoffeln	Langkornreis	Salzkartoffeln, Gabelspaghetti	Spaghetti Nester	Bäckerschrippe
	<b>Salatbar</b>	Knackig frische Salate, Rohkost und Obst der Saison, geliefert aus der Region.				
30.01.-03.02.2023 KW 5	<b>Hauptkomponente</b>	Panierte Fischstäbchen aus Alaska Seelachs <F>	Currywurst vom Schwein in milder Tomatensoße <S>	Hähnchenbrustfilet natur <G>, Braune Rahmsoße	Rindergulasch in Paprika-Rahmsoße <R>	Linsensuppe mit Würstchenscheiben <S>
	<b>Hauptkomponente Veggie</b>	Trivelli-Nudeln mit Romanesco, Brokkoli und Erbsen in Joghurtsoße <V>	Veggie-Bällchen auf Soja- und Weizenbasis <V>, Cremesoße à la Hollandaise	Grießbrei <V>, Erdbeer-Fruchtsoße	Gemüse Nuggets aus Mais, Karotten, Erbsen und Romanesco <V> mit Kräuterquark	Brokkollicremesuppe, Tomaten Mozzarella Suppe
	<b>Gemüsebeilage</b>	Rahmspinat	Buntes Gartengemüse "naturell", Kaisergemüse "naturell"	Brechbohnen, Fingermöhren Naturell	Erbsen, Maiskörner	
	<b>Sättigungsbeilage</b>	Kartoffelpüree, Salzkartoffeln, Senfsoße	Wellenschnittpommes, Salzkartoffeln	Salzkartoffeln	Kartoffelspalten, Maccheroni	Roggenbrötchen
	<b>Salatbar</b>	Knackig frische Salate, Rohkost und Obst der Saison, geliefert aus der Region.				

Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.