

Menü	Montag 31.12.2018	Dienstag 01.01.2019	Mittwoch 02.01.2019	Donnerstag 03.01.2019	Freitag 04.01.2019
1 6,10€	Zartes Schweinefilet in Cognac1-Rahmsoße, dazu Brokkoliröschen und Eierknöpfle E,G,G1,M • Nährwert: 575 kcal K: 62g, E: 42g, F: 16g	Gefüllter Putenrollbraten in Kräuterrahmsoße, mit Zuckererbsen und Serviettenknödelscheiben A,B,E,G,G1,M • Nährwert: 580 kcal K: 43g, E: 32g, F:30g	Schwäbischer Linseneintopf mit Speck2,4, dazu ein Paar Wienerle und ein Brötchen A,B,E,G,G1,G2,G3 • Nährwert: 890 kcal K: 77g, E: 44g, F: 42g	Frisch gebackener Zwiebelfleischkäse 2,4 mit Bratensoße, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln A,B,G,G1,M • Nährwert: 596 kcal K: 44g, E: 25g, F: 35g	Hausgemachtes Rinder-Gemüsehacksteak in Bratensoße, dazu Rosenkohl und Kartoffelpüree A,E,G,G1,G2,G3, M • Nährwert: 460 kcal K: 47g, E: 27g, F: 15g
2 6,10 €	Silvester		Ein paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße und Kartoffeln aus dem Markgräfler Land A,E,G,G1 • Nährwert: 486 kcal K: 57g, E: 25g, F: 17g	4 Geflügelmaultaschen „Napoli“ in Tomatensoße, mit Käse überbacken E,G,G1,M • Nährwert: 602 kcal K: 76g, E: 30g, F: 20g	Ragout fin vom Schwein mit Champignons, dazu Erbsengemüse und weisser Reis G,G1,M • Nährwert: 725 kcal K: 88g, E: 31g, F: 25g
3 6,35 €	2 Stück Wiener Apfelstrudel dazu heiße Vanillesoße E,G,G1,M • Nährwert: 563 kcal K: 96g, E: 12g, F: 24g		Zarter Putengulasch dazu Karottengemüse und Eierspätzle A,E,G,G1,M • Nährwert: 561 kcal K: 75g, E: 38g, F: 11g	Hähnchenfiletstücke „Virginia“ mit Mais-Paprika-Gemüse, dazu Langkornreis A,E,G,G1 • Nährwert: 654 kcal K: 91g, E: 32g, F: 17g	Fischfilet „Doria“ mit Gurkenwürfeln, in Senfsoße, dazu Blattspinat und Risoleekartoffeln B,F,G,G1,M • Nährwert: 693 kcal K: 79g, E: 41g, F:23g
4 vegetarisch 6,35 €	Kürbiscremesuppe aus frischem Kürbis, mit Kürbiskernen und Crème fraîche verfeinert, dazu ein Brötchen A,E,G,G1,G2,G3,M • Nährwert: 415 kcal K: 50g, E: 9g, F: 19g	Serviettenknödelscheiben mit Wintergemüse in Rahmsoße E,G,G1,M • Nährwert: 930 kcal K: 98g, E: 37g, F:43g	Vegetarischer Gulasch in milder Currysoße, dazu Vollkornreis A,B,E,G,G1,G4,M • Nährwert: 675 kcal K: 104g, E: 13g, F:22g	Badische Knöpfe-Pfanne mit Gemüse und Schnittlauch verfeinert, dazu Röstzwiebelsoße E,G,G1 • Nährwert: 519 kcal K: 67g, E: 20g, F: 18g	Vegetarische Hackbällchen in Rahm-Gemüesoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1,J,M • Nährwert: 771 kcal K: 92g, E: 40g, F: 26g
6 Kaltmenü 6,10 €			1 Paar geräucherte Bauernwürste 2,4 mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu Portionssenf, Essiggurke9 und eine Scheibe Brot A,B,E,G,G1,G2 • Nährwert: 968 kcal K: 41g, E: 57g, F: 73g	Russische Eier 2,3,4,8,9 auf Fleischsalat, mit Lachsersatz1, Sardellen und Salamischeibe garniert, dazu Brot und Butter A,B,E,F,G,G1,G2,M • Nährwert: 944 kcal K: 55g, E: 50g, F: 58g	Bunter Käsesalat in Essig-Öl-Dressing, mit Tomaten, Gurken, Zwiebeln, dazu 2 Scheiben Brot B,G,G1,G2,M • Nährwert: 1077 kcal K: 53g, E: 66g, F:66g
	Samstag 05.01.2019	Sonntag 06.01.2019	Alle Menüs enthalten Salat und Dessert, an Sonn- und Feiertagen nur Dessert.		
1 6,10€	Badischer Rindersauerbraten dazu grüne Bio-Bohnen DE-ÖKO- 006 und 2 Kartoffelknödel B,E,G,G1,I,M • Nährwert: 776 kcal K: 103g, E: 46g, F:15g	2 Geflügelbratwürste 2,4 in Röstzwiebelsoße, dazu Rotkraut und Sahnepüree A,B,G,G1,M • Nährwert: 654 kcal K: 50g, E: 24g, F:39g	<h1>Guten Appetit wünscht Ihre Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl -Tuniberg e.V</h1>		
4 vegetarisch 6,35 €	Gemüse-Rahmgulasch aus frischem Gemüse in vegetarischer Soße, dazu 2 Kartoffelknödel A,E,G,G1,M • Nährwert: 415 kcal K: 50g, E: 9g, F: 19g	Schwäbisches Linsengemüse mit Karotten-, Sellerie- und Lauchwürfel, dazu Spätzle A,E,G,G1 • Nährwert: 730 kcal K:108g, E: 30g,F:16g			

Menü	Montag 07.01.2019	Dienstag 08.01.2019	Mittwoch 09.01.2019	Donnerstag 10.01.2019	Freitag 11.01.2019
1 6,10€	Hausgemachte Hackbällchen in Bratensoße, dazu Langkornreis A,E,G,G1• Nährwert: 795 kcal K: 86g, E: 35g, F: 34g	Spaghetti „Bolognese“ aus reinem Rindfleisch, dazu Streukäse A,E,G,G1,M• Nährwert: 671 kcal K: 99g, E: 29g, F:17g	Ein Hähnchensteak in Salbeirahmsoße, dazu Blumenkohlrischen und Schnittlauchkartoffeln A,E,G,G1,M• Nährwert: 374 kcal K: 44g, E: 37g, F: 7g	„Gaisburger Marsch“ Gemüseintopf mit Nudeln und Rindfleischeinlage, dazu ein Brötchen A,E,G,G1,G2,G3• Nährwert: 803 kcal K: 71g, E: 54g, F: 33g	Schweinebraten vom Hals in Dunkelbiersoße, mit grünen Bio-Bohnen DE-ÖKO-006 und 2 Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,I,M• Nährwert: 680 kcal K: 97g, E: 37g, F: 13g
2 6,10 €	Putengeschnetzeltes „Zingara“ in pikanter Puztasoße, dazu Cous-Cous A,E,G,G1• Nährwert: 686 kcal K: 111g, E: 40g, F: 5g	Eine Portion Kartoffelpuffer mit heißem Apfelkompott E,G,G1,M• Nährwert: 624 kcal K: 90g, E: 12g, F:24g	Steinpilz-Reisgericht mit Kassler Würfel ^{2,4} und buntem Gemüse, dazu Rucolasoße A,B,G,G1,M• Nährwert: 644 kcal K: 78g, E: 24g, F: 30g	„Schlachtplatte“^{2,3,4,8} Blut- und Leberwurst, eine Scheibe Speck, auf Sauerkraut, dazu hausgemachtes Erbsen- Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,I,M• Nährwert: 771 kcal K: 40g, E: 44g, F: 47g	Rindergeschnetzeltes mit Champignons und Zwiebeln, dazu Teigwaren A,B,E,G,G1• Nährwert: 565 kcal K: 81g, E: 33g, F: 12g
3 6,35 €	Spätzlepfanne „Feinschmecker Art“ mit Geflügel, frischem Gemüse, Pilzen und einer Kräutersoße A,E,G,G1,M• Nährwert: 495 kcal K: 64g, E: 25g, F: 15g	Puten-Cordon bleu^{2,3,4} gefüllt mit Putenschinken und Käse ¹ , dazu hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M• Nährwert: 548 kcal K: 49g, E: 40g, F:20g	Zarter Kalbsgulasch in Estragonrahmsoße, dazu breite Bandnudeln A,E,G,G1,M• Nährwert: 575 kcal K: 78g, E: 37g, F: 12g	Frisch gebackener Putenfleischkäse^{2,4} mit Rotkraut und hausgemachtem Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M• Nährwert: 594 kcal K: 49g, E: 23g, F: 33g	Feine Lachsklößchen in Dill-Sahne-Soße, dazu Gemüse-Wildreis E,F,G,G1,M• Nährwert: 699 kcal K: 85g, E: 22g, F: 30g
4 vegetarisch 6,35 €	3 Eierpfannkuchen mit Rahm-Erbsengemüse E,G,G1,M• Nährwert: 590 kcal K: 72g, E: 25g, F: 20g	Vegetarische Wildreispfanne mit knackigem Gemüse, dazu Tomatensoße G,G1• Nährwert: 505 kcal K: 81g, E: 11g, F: 7g	Linsen-Bolognese mit Karotten-, Sellerie- und Lauchwürfel, dazu Fusilli-Teigwaren A,E,G,G1• Nährwert: 769 kcal K: 117g, E: 30g, F:17g	3 gekochte Eier in Kräutersoße, dazu Rahmspinat und Kartoffeln aus der Region E,G,G1,M• Nährwert: 600 kcal K: 46g, E: 31g, F: 32g	Kartoffelspätzle mit Käse und Röstzwiebeln verfeinert, dazu Röstgemüsesoße E,G,G1,M• Nährwert: 685 kcal K: 94g, E: 26g, F: 22g
6 Kaltmenü 6,10 €	Rustikaler Vesperteller^{2,4,9} mit Blut- und Leberwurst, Landjäger und Vesperspeck, dazu Senf, Brot und Butter A,B,G,G1,G2,M• Nährwert: 972 kcal K: 49g, E: 37g, F: 70g	Schwarzwälder Schäufele^{2,4,8} mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu eine Essigkurke ⁹ , Portionssenf und eine Scheibe Brot A,B,G,G1,G2• Nährwert: 557 kcal K: 51g, E: 34g, F:23g	Eiersalat mit Sendifressing⁹ mit Schinkenstreifen ^{2,4} und Paprika verfeinert, dazu ein Baguettebrötchen B,E,G,G1,G2,G3,M• Nährwert: 788 kcal K: 51g, E: 35g, F: 49g	Italienischer Nudelsalat in Tomatendressing, mit Oliven ⁶ und Salamistreifen ^{2,4} , Paprika und Zucchini, dazu 2 Scheiben Brot B,E,G,G1,G2,I• Nährwert: 743 kcal K: 110g, E: 29g, F:20g	Matjesfilet „Hausfrauen Art“^{2,4} mit Äpfeln und Zwiebeln in Joghurt- Dressing, dazu ein Baguettebrötchen B,E,F,G,G1,G2,G3,M• Nährwert: 935 kcal K: 57g, E: 31g, F: 64g
	Samstag 12.01.2019	Sonntag 13.01.2019	Alle Menüs enthalten Salat und Dessert, an Sonn- und Feiertagen nur Dessert.		
1 6,10€	Rinderroulade „Bürgerliche Art“^{2,4} in Bratensoße, dazu Apfelrotkraut und Sahnepüree A,B,E,G,G1,M• Nährwert: 496 kcal K: 53g, E: 28g, F: 18g	Eine Geflügelbrust in Rieslingsoße, dazu Brokkoligemüse und Tomatennudeln E,G,G1,I,M• Nährwert: 637 kcal K: 69g, E: 42g, F:19g	<h1>Guten Appetit wünscht Ihre Kirchliche Sozialstation Kaiserstuhl -Tuniberg e.V</h1>		
4 vegetarisch 6,35 €	Vegetarische Nudelpfanne mit buntem Gemüse, dazu Tomatensoße A,E,G,G1• Nährwert: 528 kcal K: 99g, E: 17g, F: 6g	Brokkoliröschen a la creme mit Emmentaler Käse überbacken, dazu Tomatennudeln G,G1,M• Nährwert: 641 kcal K: 77g, E: 26g, F:24g			

1= mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Geschmacksverstärker, 4 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmittel, 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken **B= Zutat aus kontrolliertem Bio-Anbau nach EG-ÖKO Verordnung, ÖKO Kontrollstelle DE-ÖKO-006** A = Sellerie, B = Senf, C = Sesam, D = Erdnüsse, E = Eier, F = Fisch, G = Gluten, G1 = Weizen°, G2 = Roggen°, G3 = Gerste°, G4 = Hafer°, H = Schalenfrüchte, H1= Mandeln°, H2 = Haselnüsse°, H3 = Walnüsse°, H4 = Kaschunüsse°, H5 = Pecannüsse°, H6 = Paranüsse°, H7 = Pistazien°, H8 = Macadamianüsse°, I = Schwefeldioxid + Sulfite, J = Soja, K = Krebstiere, L = Lupine, M = Milch, Laktose, N = Weichtiere
*Enthaltene Allergene können über unsere Bestellhotline erfragt werden. Nährwerte: K = Kohlenhydrate, E = Eiweiß, F = Fett.
Abgepackte Desserts siehe Verpackung; ° und daraus gewonnene Erzeugnisse · Regelmäßige neutrale Hygienekontrollen durch das BAV-Institut Offenburg. Unsere Frischmenüs sind zum sofortigem Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.