



































































































































































	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Mittwoch 01.01.2025  Neujahr	 <b>Wintereintopf</b> mit Mettwurst- scheiben, Lauch, Rosenkohl, Karotten, Kartoffel, Zwiebel und Petersilie  7 b/c/2BE	 <b>Kassler</b> mit Bratensauce, "Omas Sauerkraut" mit Speck und Zwiebeln, dazu Kartoffelpüree  1(W),3,7 a/b/c/z/3,5BE	 <b>Rinder- geschnetzeltes *</b> in Sauce, dazu BIO-Blumenkohl und Kartoffeln  1(W),3,7 a/3BE	 <b>Quinoa-Erbsen- Frikadelle *</b> mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie) u. Möhren- Stampfkartoffeln  1(W),3,7,9,10 4,5BE
Donnerstag 02.01.2025	 <b>"Osterfehntjer Putengulasch" *</b> in Senf-Sahnesauce mit Zwiebeln, Erbsen, Champ. und Petersilie, dazu Kartoffeln  1(W),10,12 a/b/c/e/3,5BE	 <b>Grillbraten</b> in Bratensauce mit Rosenkohl und Kartoffeln  1(W) a/3,5BE	 <b>„Hausgemachte Kartoffelsuppe“</b> mit eingeschnittener Wurst  7,9 b/c/3BE	 <b>Gemüsebratling *</b> dazu Kohlrabi in Rahm und Stampfkartoffeln  1(W),3,7,9 4,5BE
Freitag 03.01.2025	 <b>Sülze "Hausmacher Art" (kalt)</b> mit Remoulade und Pellkartoffelsalat  1(W),3,7,10 b/c/j/4BE	 <b>Gebratenes Pangasiusfilet *</b> in Petersiliensauce, dazu Schmorgurke und Kartoffeln  1(W),3,4,7 3,5BE	 <b>Hackbraten</b> in brauner Sauce mit Brechbohnen und Kartoffeln  1(W),10 a/3BE	 <b>Tomaten-Minestrone*</b> Möhre, Sellerie, Zwiebel, Knoblauch, grüne und weiße Bohnen, Zucchini, Muschelnudeln  1(W) 2,5BE
Samstag 04.01.2025	 <b>"Pichelsteiner Eintopf"</b> mit Schweinefleisch, Kartoffeln, Wirsing, Weißkohl, Zwiebeln und Möhren  7,9 3BE	 <b>Grobe Geflügel- bratwurst *</b> mit Sauce, dazu Euromix und Kartoffeln  1(W),7,9 a/3BE	 <b>Lebergeschnetzeltes</b> in Apfelsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Möhrensalat  1(W) a/c/3,5BE	 <b>Asiatisches Curry *</b> Karotte, Paprika, Erbsen, Kartoffel, Zucchini, Broccoli, Zwiebel, Knob, Kokosmilch, Sojasauce, Erdnüsse, dazu Reis  1(W),5,6 b/6,5BE
Sonntag 05.01.2025	 <b>Kohlroulade</b> mit Schweine- hackfleisch in Speck-Zwiebelsauce, dazu Salzkartoffeln  1(W),3,7,10 a/b/c/3,5BE	 <b>Italienisches Lammragout</b> mit Speck, Zwiebeln, Knoblauch, Tomaten- mark und Zimt, dazu Bandnudeln  1(W) a/b/c/6BE	 <b>Gedünstetes Putenbrustfilet *</b> mit Jus, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln  1(W) a/3BE	 <b>Gebackene Champignons *</b> an Knoblauch- Kräutersauce, dazu Salzkartoffeln  1(W),3,7 6BE
Montag 06.01.2025	 <b>Reis-Pfanne mit Sojahackfleisch *</b> mit Möhren, Paprika, Erbsen, Frühlingszwie- beln, dazu Tomaten- Mozzarellasauce  1(W),3,7 6BE	 <b>Saftiges Paprikagulasch</b> Schweinefleisch, bunte Paprikastücke, Zwie- beln, Knob., Kümmel, dazu Salzkartoffeln  1(W) a/3,5BE	 <b>Hähnchenschenkel *</b> mit Sauce, dazu Wirsinggemüse und Kartoffeln  1(W),3,7 a/4BE	 <b>Eierpfannkuchen *</b> mit Apfelmus  1(W),3,7 c/6,5BE
Dienstag 07.01.2025	 <b>Schnitzel „Balkan Art“</b> in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Langkornreis  1(W) z/8BE	 <b>Hähnchengeschn. "Mediterrane Art" *</b> Zwieb., Kirschtomaten, Crème fraîche, Paprika, Rosmarin, Zucchini, Knob., Thym., dazu Spirelli  1(W),3,7 8BE	 <b>3 Klopse "Jäger Art"</b> in Champignonsauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln  1(W),3,7,12 a/b/c/e/3,5BE	 <b>Spinatgnocchi *</b> dazu Käsesahne- sauce mit Zwiebeln, Kirschtomaten, Knoblauch, Muskat und Champignons  1(W),3,7 9BE













	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Mittwoch 08.01.2025	 <b>Geschnetzeltes "Gyros Art"</b> mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">3,7,10 4,5BE</div>	 <b>Geschmorter Schweinekamm</b> mit Bratensauce, dazu Rosenkohl und Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) a/3,5BE</div>	 <b>"Ammerländer Hühnersuppen- eintopf" *</b> mit Gemüse und Muschelnudeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7,9 2BE</div>	  <b>Mexikanischer Kartoffelauflauf *</b> mit Paprika, Chili, Mais, Kidneybohnen, Knob., Zwiebeln, Pizzatomen mit Käse überbacken <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">3,7 4,5BE</div>
Donnerstag 09.01.2025	 <b>"Ammerländer Grünkohl"</b> mit einer Scheibe Kassler, dazu Salzkartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),9,10 b/c/3,5BE</div>	 <b>Hühnerfrikassee "klassisch" *</b> mit Spargelstücken, Champignons und Erbsen, dazu Lang- kornreis <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),7,12 b/c/e/6BE</div>	 <b>Fleischkäse</b> in Sauce mit Pastinaken und Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) a/b/c/j/4BE</div>	  <b>Spaghetti Napoli *</b> mit Tomaten- Basilikumsauce <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) 9BE</div>
Freitag 10.01.2025	 <b>Schweinefrikadelle</b> in Pfeffersauce mit grünen Bohnen und Gabelspaghetti <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 2,5BE</div>	 <b>Maultaschen- Gemüse-Pfanne</b> mit Möhren, Broccoli, Paprika und Kirsch- tomaten, dazu eine würzige Sahnesauce <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 7BE</div>	 <b>Gebratenes Seelachsfilet *</b> in Kräutersauce, dazu Broccoli und Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,4,7 5BE</div>	  <b>Orientalischer Kichererbseneintopf *</b> (veg.) m. Kartoffelwür- fel, Knoblauch, Toma- tenmark, Limettensaft und Naturjoghurt <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">7 3,5BE</div>
Samstag 11.01.2025	 <b>"Omas Ofensuppe"</b> Schweinefleisch, Chili, Curry, Champignons, Erbsen, Mais, Paprika und Sahne, dazu ein Kaiserbrötchen <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 3BE</div>	 <b>„Berner Pfanne“ *</b> Hähnchen- geschnetzeltes in Käse-Paprikasauce, dazu Kartoffelrösti <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 4BE</div>	 <b>Schweinegulasch</b> in Sauce, dazu junge Erbsen und Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) a/3BE</div>	  <b>"Vita-fit Reispfanne" *</b> mit Fenchel, Möhren und Porree <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),7 6BE</div>
Sonntag 12.01.2025	 <b>Bratrippchen</b> mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) a/z/3,5BE</div>	 <b>Poulardenbrust auf Sahnelinsen *</b> mit Linsen, Senf, Sellerie, Möhren, Zwiebeln und Sahne, dazu Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 b/c/4BE</div>	 <b>Kräuterbraten</b> in Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) a/3BE</div>	  <b>Vegetarisch gefüllte rote Paprikaschote *</b> mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Vollkornreis <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,6,9,10 6,5BE</div>
Montag 13.01.2025	 <b>1 große Nürnberger Rostbratwurst</b> in Bratenfond, dazu Weißkohlgemüse und Salzkartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7,9,10 a/lj/3,5BE</div>	 <b>Hähnchen „Cordon bleu“ *</b> mit Rahmkohlrabi und Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 c/4,5BE</div>	 <b>Putengeschnetzeltes *</b> mit Möhren- und Zucchiniwürfel in heller Sauce, dazu Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 3BE</div>	  <b>4 Canneloni „Ricotta-Spinaci“ *</b> Eiernudelteig mit Ricotta und Spinat, dazu Spinat-Käse- sahnesauce <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7 7,5BE</div>
Dienstag 14.01.2025	 <b>BIO-Spaghetti „Bolognese“</b> mit Hackfleischsauce <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) 8,5BE</div>	 <b>Rindergulasch mit Gemüse *</b> Möhren, Tomatenmark, Zucchini, Kräuter der Provence, Zwiebeln, Sellerie, dazu Kartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W) a/3BE</div>	 <b>Kürbis-Möhren- Eintopf *</b> mit Rinderhackfleisch und Petersilie <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">4BE</div>	  <b>Blumenkohl-Käse- medaillon *</b> mit Béchamelsauce und Salzkartoffeln <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">1(W),3,7,9 5,5BE</div>

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Mittwoch 15.01.2025	 <p><b>Küstenbackfisch *</b> mit Rahmerbsen und Kartoffelpüree</p> <p>1(W),3,4,7 4,5BE</p>	 <p><b>„Ratsherrentopf“</b> Schweinefleisch in Rahm-Zwiebel-Speck- Pilzsauce, dazu Broccoli und Kartoffeln</p> <p>1(W),7 b/c/3,5BE</p>	 <p><b>3 Hackfleischklopse</b> in heller Sauce, dazu Maismix (mit Erbsen &amp; Möhren) und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,10 4,5BE</p>	  <p><b>Nudelgratin „Tomate- Mozzarella“ *</b> mit Rigatoni, Knob- lauch, Kirschtomaten und Mozzarella überbacken</p> <p>1(W),3,7 8BE</p>
Donnerstag 16.01.2025	 <p><b>„Schlemmer- schnittel“</b> dazu holländische Sauce, Kaisergemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7 4,5BE</p>	 <p><b>Bami Goreng *</b> chinesische Eiernudeln mit Huhn, Knoblauch, Asia-Gemüse, Chili und Sojasauce</p> <p>1(W),3,6 4,5BE</p>	 <p><b>Gek. Rindfleisch *</b> mit Meerrettichsauce dazu Salzkartoffeln und Rote-Beetesalat</p> <p>1(W),7,12 a/c/e/h/3BE</p>	  <p><b>3 Kartoffeltaschen „Frischkäse- Kräuter“ *</b> dazu Petersiliensauce und Leipziger Allerlei</p> <p>1(W),3,7 4,5BE</p>
Freitag 17.01.2025	 <p><b>„Zwiebelhähnchen“</b> Hähnchenbrust in Zwiebel-Sahnesauce m. Speck und Petersilie, dazu Kartoffelplätz- chen u. Chinakohlsalat</p> <p>1(W),3,7 b/c/3,5BE</p>	 <p><b>Paniertes Schollenfilet *</b> dazu Blattspinat mit Zwiebeln und Knoblauch, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(W),4,7 4BE</p>	 <p><b>Grüner Bohneneintopf</b> mit Kartoffelwürfel und Fleischeinlage</p> <p>7 3BE</p>	  <p><b>Reis-Quarkauflauf *</b> mit Apfelkompott</p> <p>1(W),3,7 c/7BE</p>
Samstag 18.01.2025	 <p><b>„Mecklenburger Graupensuppe“ *</b> mit Suppengrün und Rindfleisch, dazu ein Kaiserbrötchen</p> <p>1(W,G),9 5BE</p>	 <p><b>„Räuberplatte“</b> kleine Bratwurst und Schweinebraten mit Zigeunersauce, dazu Kartoffeln</p> <p>7 z/4BE</p>	 <p><b>Scheibe vom Putenbraten *</b> in Sauce mit Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>1(W) a/3,5BE</p>	  <p><b>Rote-Bete-Bratling *</b> mit Lauchgemüse und Kartoffeln</p> <p>1(W),3,7,9 5BE</p>
Sonntag 19.01.2025	 <p><b>„Ostfriesischer Grünkohl“</b> mit Bauchspeckwürfel und einer Mettwurst, dazu Salzkartoffeln</p> <p>1(H),10 b/c/z/3,5BE</p>	 <p><b>Jungschweinnacken „Mediterrane Art“</b> mit Kräutern der Provence in Jus, dazu grüne Bohnen und Rosmarinkartoffeln</p> <p>1(W) a/z/3,5BE</p>	 <p><b>Gebratenes Hähnchenbrustfilet *</b> in Champignonsauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>	  <p><b>Kartoffel- Gemüsegratin *</b> mit buntem Gemüse in Béchamel mit Käse überbacken</p> <p>3,7 2,5BE</p>
Montag 20.01.2025	 <p><b>Frische Erbsensuppe *</b> mit einem Geflügelwienerle</p> <p>9 b/c/j/3BE</p>	 <p><b>„Piccata alla Milanese“ *</b> Putenschnittel in Parmesanhülle, mit Tomatensauce, Penne und Tomatensalat</p> <p>1(W),3,7 7,5BE</p>	 <p><b>Hackbraten</b> in Sauce, dazu Schwarzwurzeln und Kartoffeln</p> <p>1(W),10 a/345BE</p>	  <p><b>Patros-Pfanne *</b> mit Fetakäse, Paprika, Zucchini und Auber- ginen und frittierte Kartoffelwürfel</p> <p>7 3,5BE</p>
Dienstag 21.01.2025	 <p><b>„Berliner Currywurst“</b> in Gewürzketchup- sauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat</p> <p>1(W),7 b/c/j/z/3,5BE</p>	 <p><b>Hähnchen „süß-sauer“ *</b> rote Paprika, Soja- sauce Zwiebel, Ananas, Knoblauch, Tomaten- mark, dazu Reis</p> <p>1(W),6 a/b/6BE</p>	  <p><b>Eieromelette *</b> mit Spargel-Möhren- ragout und Salzkartoffeln</p> <p>1(W),3,7 3BE</p>	  <p><b>Falafelpatty *</b> mit Grillgemüse, dazu ein Sour Cream-Dip</p> <p>1(W),7,9 4BE</p>




	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Mittwoch 22.01.2025	 <b>Deftiger Steckrübeintopf</b> mit Speck, Petersilie, Kartoffelwürfel und Mettwurstscheiben  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">7 b/c/2,5BE</div>	 <b>„Köttbullar“ *</b> Rinderhackfleisch- bällchen in Rahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Preiselbeergelee  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W,H),3,7 a/5BE</div>	 <b>Frisches Fischfrikassee *</b> mit Seelachstücken, Möhren, Sellerie und Erbsen, dazu Salzkartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,4,7,9 3BE</div>	 <b>Rigatoni an geschmortem Gemüse *</b> mit Mozzarella, Paprika, Champignons, Zucchini, Tomaten- würfel und Basilikum  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W)3,7 7,5BE</div> 
Donnerstag 23.01.2025	 <b>“Ostfriesischer Hüdel” *</b> Gegarter Hefekloß in Vanillesauce mit warmem Birnen- kompott  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7 a/z/8BE</div>	 <b>“Szegediner Gulasch”</b> Gulasch mit Sauerkraut und Salzkartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W) a/z/3BE</div>	 <b>2 gekochte Eier *</b> in Senfsauce mit Spinat und Kartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7,10 3,5BE</div>	 <b>Lasagne “veggie” *</b> mit Tomaten- Sojabolognese und Béchamelsauce  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),6,7 3,5BE</div> 
Freitag 24.01.2025	 <b>Kohlrabeintopf mit Cabanossi</b> Kartoffel, Möhren, Zwiebeln, Knoblauch und Sahne  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">7 b/c/2,5BE</div>	 <b>Rinderhacksteak “Texas” vom Grill *</b> mit BBQ-Sauce, dazu Langkornreis mit Kidneybohnen  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,10 z/7BE</div>	 <b>Gedünstetes Schellfischfilet *</b> in Dillsauce, dazu Juliennegemüse und Salzkartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,4,7 3,5BE</div>	 <b>„Veggie Paella“ *</b> mit gr. Bohnen, Zuc- chini, Aubergine, Zwie- bel, Paprika, Tomaten, Kichererbsen, Knob- lauch, Safran, Thymian, Reis  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">7BE</div> 
Samstag 25.01.2025	 <b>Sautierte Hähnchen- brust (kalt) *</b> mit Chili-Pfirsich- Chutney, dazu bunter Reissalat  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">4BE</div>	 <b>“Ostfriesischer Buuskohleintopf”</b> mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">7 2,5BE</div>	 <b>Schweinegulasch</b> mit Champignons, dazu junge Erbsen und Kartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W) a/3,5BE</div>	 <b>Rustikales Zucchini- Kartoffelallerlei *</b> mit Thymian, Rosmarin, Knoblauch und Kirschtomaten  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7 3,5BE</div> 
Sonntag 26.01.2025	 <b>“Snirtje Braa”</b> in Bratenfond mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W) a/z/3,5BE</div>	 <b>Glasierter Putenbraten *</b> mit Aprikosensauce, dazu Möhrenstifte und Langkornreis  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W) a/6,5BE</div>	 <b>Sauerbraten vom Rind *</b> in Sauce mit Schwarz- wurzeln, dazu Salzkartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7 a/4BE</div>	 <b>Wirsing-Lauch- Quiche *</b> mit Schmand, Muskat, Knoblauch, Thymian, und Cayennepfeffer und Käse überbacken  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7 1,5BE</div> 
Montag 27.01.2025	 <b>“Chili con Carne” *</b> mit Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidney- bohnen, dazu Reis  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">7BE</div>	 <b>Hähnchenbrust in Salbeisauce *</b> dazu Karotten Rustica und Kartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W) a/4BE</div>	 <b>Bratwurst</b> mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Kartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7,9 a/3,5BE</div>	 <b>Veg. Pizzasuppe *</b> Sojahackfleisch, Tomaten, Zwiebeln, Paprika, Mais, Champ., Knob., Sahne, Schmelzkäse, Oregano, dazu ein Kaiserbrötchen  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3,7 4BE</div> 
Dienstag 28.01.2025	 <b>Kartoffelpuffer *</b> mit Apfelmus  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3 c/8BE</div>	 <b>Schweinefrikadelle</b> mit Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),3 a/4,5BE</div>	 <b>„Omas Eintopf“ *</b> mit Rindfleisch, Kartoffel-, Pastinaken- und Möhrenwürfel und Petersilie  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">2BE</div>	 <b>Asiatische Bratnudel- Gemüsepfanne *</b> mit Paprika, Weißkohl, Möhren, Mu-Err Pilze, Mungobohnenkeim- linge und Sojasauce  <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">1(W),6 6BE</div> 



	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Mittwoch 29.01.2025	 <b>Jägerschnitzel</b> mit Champignonrahmsauce, dazu Buttergemüse und Salzkartoffeln  1(W),3,7,12 a/b/c/e/4,5BE	 <b>Mediterrane Pastafanne *</b> mit Tomate, Hähnchenbrust, Broccoli, Paprika, dazu Tomatensauce  1(W),7 5,5BE	 <b>Putenbrust "natur" *</b> mit Geflügelsauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln  1(W),3,7 a/3BE	 <b>1 Chinaschnitte „Hong-Kong“ *</b> dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und Reis  1(W),9,10 z/9BE
Donnerstag 30.01.2025	 <b>„Bergsteigers Kartoffelgratin“ *</b> mit Rinderhackfleisch, Pilzen, Kartoffelscheiben und gratiniertem Käse  1(W),7,12 b/c/e/3BE	 <b>Gebratene Hähnchenkeule *</b> mit Geflügelrahmsauce, dazu mediterraner Gemüsemix und Kartoffelstampf  1(W),3,7 a/3BE	 <b>3 Königsberger Klopse</b> in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat  1(W),3,7 h/4BE	 <b>Kichererbsen-Patty *</b> mit Cornflakespanade, dazu Tomaten-Paprikagemüse und Reis  7,5BE
Freitag 31.01.2025	 <b>Spanischer Linseneintopf</b> Chorizo, Kartoffeln, Chili, Karotten, Zwieb., Oregano, Thymian, Knob., Cayennepfeffer  6,7 b/c/6BE	 <b>Kutterfischfrikadelle</b> mit Speck-Bohnen in Rahm, dazu Kartoffeln  1(W),3,4,7 6,5BE	 <b>Putengeschnetzeltes *</b> mit Möhren- und Zucchiniwürfel in heller Sauce, dazu Kartoffeln  1(W),3,7 3BE	 <b>„Pasta Quattro Formaggi“ *</b> Penne mit würziger Käse-Sahnesauce (Gorgonzola, Mozzarella, Parmesan)  1(W),3,7 8,5BE

- Jedes Gericht enthält ein Dessert (Auflistung und Deklaration siehe Beiblatt) -

## Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:

 = fleischlos	i = bei Aspartam zusätz. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“	5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus
* = ohne Schweinefleisch	j = mit Phosphat	6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus
a = mit Farbstoff	k = coffeinhaltig	7 = Milch und Erzeugnisse daraus
b = mit Konservierungsstoff	l = chininhaltig	8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus **
c = mit Antioxidationsmittel	z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n)	9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus
d = mit Geschmacksverstärker	1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus *	10 = Senf und Erzeugnisse daraus
e = geschwefelt	2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus	11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus
f = geschwärzt	3 = Eier und Erzeugnisse daraus	12 = Schwefeldioxid und Sulfite
g = gewachst	4 = Fische und Erzeugnisse daraus	13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus
h = mit Süßungsmittel(n)		14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus

Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung,...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.

- „Leicht und bekömmlich“: mild gewürzt, schonend gekocht, mit Zutaten, die besonders verträglich sind
- Sonderkostformen, wie glutenfrei, lactosefrei, kaliumarm etc. können auf Wunsch zubereitet werden
- Unsere Menüs haben eine Einwaage von ca. 450 - 500 ml
- Alle BE-Angaben sind ohne Dessert berechnet

\* = (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme

\*\* = (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse



Es kocht:

...täglich frisch & lecker

