	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 01.06.2025	**“Snirtje Braa”** in Bratenfond mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	**Wildragout mit Pilzen** in Rahmsauce mit Möhren, Zwiebeln, Knoblauch, Thymian und Sahne, dazu Spätzle 1(W),3 5,5BE	**Sauerbraten vom Rind *** in Sauce mit Schwarzwurzeln, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/4BE	**Quinoa mit Gemüsechili *** mit Tomaten, Kidneybohnen, Mais, Zwiebeln, Chili, Knoblauch, dazu Quinoa 1(W) 6BE
Montag 02.06.2025	**Paniertes Schweineschnitzel** mit Rahmsauce, dazu gebutterte Möhren und Kartoffeln 1(W),3,7 a/5BE	**Hähnchentopf *** mit Karotte, Kohlrabi, Knoblauch, Muskat und Ingwer, dazu Bulgur 1(W),3,7 5BE	**3 Geflügelhackbällchen *** mit Gemüsesauce, dazu Erbsen-Maisgemüse und Kartoffeln 1(W),3,7,9,10 4,5BE	**Rigatoni „Pesto“ *** mit grünem Pesto, Weißkäsewürfel und Kirschtomaten 1(W),3,7 7BE
Dienstag 03.06.2025	**“Ostfriesischer Hüdel” *** Gegarter Hefekloß in Vanillesauce mit warmem Birnenkompott 1(W),3,7 a/z/8BE	**Bauernfrikadelle** mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie), dazu grüne Bohnen und Kartoffeln 1(W),3,10 a/z/4,5BE	**2 Spiegeleier *** auf Rahmspinat und Kartoffelstampf 1(W),3,7 2BE	**Veganes Gemüse-Süßkartoffelallerlei *** mit Broccoli, Paprika, Maiskölbchen, Ananas, Kokosmilch 10 5BE
Mittwoch 04.06.2025	**Lasagne “al Forno”** mit Hackfleisch- und Béchamelsauce 1(W),3,7 4,5BE	**Rinderhacksteak “Texas” vom Grill *** mit BBQ-Sauce, dazu Langkornreis mit Kidneybohnen und Mais 1(W),3,10 z/7BE	**Hähnchenschenkel *** mit Sauce, dazu Blumenkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	**Hirtenpfanne *** mit Reisnudeln, Feta, Tomaten, Zwiebeln, Bohnen, Zucchini und Peperoni 1(W),7 7,5BE
Donnerstag 05.06.2025	**“Gyros-Nudelauflauf”** mit Champig., Zwiebeln, Paprika, Tomatenmark, Chili, Schmand, Hollandaise und Feta, dazu Tzatziki 1(W),3,7 7BE	**Eisbeinfleisch** mit Zwiebelsauce, dazu Sauerkraut und Kartoffeln 1(W) a/b/c/z/3,5BE	**Deftiger Möhreneintopf *** mit Rinderhackfleisch 7 2BE	**3 Kartoffeltaschen “Tomate-Mozzarella” *** mit mediterranem Gemüse in Joghurt-Tomatensauce 1(W),7 5BE
Freitag 06.06.2025	**Ungarische Gulaschsuppe** mit Paprika, Kartoffelwürfel und Zwiebeln 1(W) a/2BE	**Gebratenes Alaska-Seelachsfilet *** mit Zitronen-Buttersauce, dazu junge BIO-Erbsen, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 5BE	**Hähnchen-Zucchini-Wok *** mit roter Paprika, Frühlingszwiebeln, Ingwer, Sojasauce, dazu Naturreis 1(W),6 b/6,5BE	**Pastinaken-Möhren-Kartoffelauflauf *** mit Frühlingszwiebeln, Thymian und Créme fraîche 3,7 4BE
Samstag 07.06.2025	**Gemüseeintopf mit Kassler** mit Kohlrabi, Zwiebel, Knoblauch, Porree, Möhre, Erbsen, Kerbel und Kartoffelwürfel 1(W),3,7 a/2,5BE	**Schweineleber “Berliner Art”** auf gedünstetem Apfel-Zwiebelgemüse, dazu Kartoffelpüree 1(W),7 a/c/3BE	**Geflügelfrikadelle *** mit brauner Sauce, dazu Euromix und Kartoffeln 1(W),3,7,10 a/4BE	**Frühlingsrolle “Gourmet” *** dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und Reis 1(W),3,6 z/9BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 08.06.2025 **Pfingsten**	**Frischer Spargel** mit einem kleinen Schnitzel, dazu Salzkartoffeln und Sauce Hollandaise 1(W),3,7 4BE	**Scheibe vom Lammbraten *** in dunkler Kräutersauce, dazu Ratatouillegemüse und Rosmarinkartoffeln 1(W) a/4BE	**Gebratenes Hähnchenbrustfilet *** in Champignonsauce, dazu Prinzessbohnen und Salzkartoffeln 1(W),3,7,12 a/b/c/e/3,5BE	**6 Kartoffelröstinchen *** mit frischen Champignons in Kräuter-Knoblauchsauce 1(W),3,7 5BE
Montag 09.06.2025 **Pfingsten**	**4 Cevapcici (kalt)** mit buntem Reissalat und Knoblauchdip 1(W),3,10 a/c/z/8BE	**“Mozzarella-Hähnchen” *** in Basilikum-Sahnesauce mit Kirschtomaten, dazu Basmatireis 1(W),3,7 7BE	**Gek. Rindfleisch (Polnische Art) *** mit Dillsauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln 1(W),3,7 3,5BE	**Kohlrabi-Pastinaken-Bratling *** mit brauner Sauce, dazu Rüben-Kartoffelstampf 1(W),3,7 a/4BE
Dienstag 10.06.2025	**“Pikante Bauernpfanne” *** mit Rinderhackfleisch, Möhrenwürfel, Porree, saure Sahne, Champignons, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 3BE	**Kasslerbraten** mit Bratensauce, dazu Ananas-Sauerkraut und Kartoffeln 1(W) a/b/c/z/4BE	**Kohlrabieintopf** mit Fleischeinlage 7 2,5BE	**Spaghetti Napoli *** mit Tomaten-Basilikumsauce 1(W) 9BE
Mittwoch 11.06.2025	**Porree-Kartoffelsuppe** mit Wurzelgemüse, Zwiebeln, Créme fraiche und einem Wiener Würstchen 9 b/c/3BE	**“Französisches Putenschnitzel” *** mit Pfefferrahmsauce, dazu Buttergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/5BE	**Hackbraten** in brauner Sauce mit Brokkoli und Kartoffeln 1(W),10 a/3,5BE	**“Gnocchi ai quattro formaggi“ *** Kartoffelklößchen mit 4-Käsesauce 1(W),3,7 8BE
Donnerstag 12.06.2025	**BIO-Spaghetti „Bolognese“** mit Hackfleischsauce 1(W) 8,5BE	**Geflügelbratwurst *** mit Zwiebelsauce, dazu Prinzessbohnen und Salzkartoffeln 1(W),3,7,9 a/3,5BE	**Putengulasch *** in Sauce, dazu Möhrenscheiben und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Kokos-Zucchini-Curry *** mit grünen und gelben Zucchinischeiben, Kokosmilch und Curry, dazu BIO-Reis 1(W) 6BE
Freitag 13.06.2025	**Sommerlicher Wirsingeintopf** mit Schinkenstreifen, Kartoffelwürfel, Zwiebeln und Kümmel b/c/2,5BE	**Ostfriesische dicke Bohnen** mit Mettenden und Salzkartoffeln 1(W),3,7 b/c/3,5BE	**Gebratenes Pangasiusfilet *** in Petersiliensauce, dazu Schmorgurke und Kartoffeln 1(W),3,4,7 3,5BE	**Nudelgratin “del Sol” *** Makkaroni mit Grillgemüse und Käse überbacken, dazu fruchtige Tomatensauce 1(W),7 9,5BE
Samstag 14.06.2025	**Serbische Bohnensuppe** Mettwurstscheiben, Speckwürfel, Knobl., Zwiebeln und Paprika, dazu ein Brötchen 1(W) b/c/7BE	**Scheibe vom Putenbraten *** in Geflügelrahmsauce, dazu Rosenkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	**Schweinegulasch** in Sauce, dazu junge Erbsen und Spirelli 1(W) a/8BE	**Rote-Bete-Bratling *** mit Lauchgemüse und Kartoffeln 1(W),3,7,9 5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 15.06.2025	**Backschinken** mit dunkler Zwiebelsauce, Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W),10 a/c/z/4BE	**Kalbsragout** * mit Waldpilzen und Spargelstücken, dazu Wildreis 1(W) a/6,5BE	**Schweinebraten** mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Sojabällchen “Toskana”** * in Tomaten-Mozzarellasauce mit gehackten Tomaten, Basilikum, dazu Wildreis 1(W),3,7,10 8BE
Montag 16.06.2025	**“Berliner Currywurst”** in Gewürzketchupsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat 1(W),7 b/c/j/z/3,5BE	**“Landhauspfanne”** * Herzhafte Spätzlepfanne mit Geflügelhackfleischbällchen, Paprika und grünen Bohnen 1(W),3,7,9 7,5BE	**Putenbrust “natur”** * mit Geflügelsauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 1(W) a/3BE	**„Kings Chop-Suey“** * mit Sojasprossen, Paprika, Porree, Möhren, Pilze und Sojasauce, dazu Reis 1(W),6 b/6BE
Dienstag 17.06.2025	**“Chili con Carne”** * mit Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu Reis 7BE	**Nackensteak** mit Zwiebelgemüse und Kartoffelstampf, dazu ein Wachsbohnensalat 1(W) a/h/3BE	**2 gekochte Eier** * in Senfsauce mit Spinat und Kartoffeln 1(W),3,7,10 3,5BE	**Gemüsefrikadelle** * in Schnittlauchsauce dazu Möhrenscheiben und Kartoffeln 1(W),3,7,9 5,5BE
Mittwoch 18.06.2025	**Frischer Spargel “Ammerländer Art”** mit geräucherten Schinkenwürfeln in Buttersauce, dazu Salzkartoffeln 1(W),7 b/c/3BE	**Hähnchen “Cordon bleu”** * mit Rahmsauce, dazu Broccoli und Kartoffelpüree 1(W),3,7 a/b/4BE	**Geflügelfleischkäse** * in Sauce mit Pastinaken und Kartoffeln 1(W) a/b/c/j/4BE	**Veg. Ravioli** * dazu cremige Gemüsesauce mit Zucchini, Zwiebel, Sauerrahm, Kräuter und Créme fraiche 1(W),3,7 7,5BE
Donnerstag 19.06.2025	**Schweinefrikadelle** mit Bratensauce, Rahmkohlrabi und Kartoffeln 1(W),3,7 a/4,5BE	**Schnitzel „Balkan Art“** in pikanter Sauce mit Paprikastreifen, dazu Langkornreis 1(W) z/8BE	**Hähnchenfiletstücke “Gärtnerin Art”** * in heller Sauce mit Gemüseeinlage, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,7 6BE	**Milchreis** * mit Zimt und Zucker 7 6,5BE
Freitag 20.06.2025	**Deftige Erbsensuppe** mit eingeschnittener Wurst 9 b/c/3BE	**Fischfrikadelle “Käpt’ns Art”** * dazu Paprikasauce, Kartoffelpüree und Tomatensalat 1(W),4,7 a/3BE	**Provenzalisches Rindergeschnetzeltes*** mit Thymian, Rosmarin, Petersilie und Tomatenstücke, dazu Reis 1(W) a/6,5BE	**Blumenkohl im Backteig** * mit Kräuter-Bèchamel, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 6,5BE
Samstag 21.06.2025	**“Schnüsch”** Norddeutscher Eintopf mit dicken & grünen Bohnen, Erbsen, Kartoffeln, Kohlrabi, Karotten, Kassler- u. Speckwürfel 7 b/c/4,5BE	**Schweinenacken** mit brauner Sauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	**Lebergeschnetzeltes** in Apfelsauce, dazu Kartoffelpüree und ein Möhrensalat 1(W) a/c/3,5BE	**“Retropfanne”** * Pastinaken, Knollensellerie, Möhren, Zwiebeln, Curry, Topinambur und Vollkornreis 1(W),7 7BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 22.06.2025	**Bauernroulade** Hackfleischrolle mit Zwiebeln, Speck und Gurken in Bratensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/4,5BE	**Burgunder-schinkenbraten (vom Schwein)** in dunkler Sauce mit Rosenkohl und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/3BE	**Putenbraten *** in Geflügelsauce mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	**Schupfnudel-Pfanne*** mit Sauerkraut und Zwiebeln, dazu Petersiliencréme 1(W),3,7 8BE
Montag 23.06.2025	**„Köttbullar“ *** Rinderhackfleisch-bällchen in Rahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Preiselbeergelee 1(W,H),3,7 a/5BE	**Gebratene Hähnchenkeule *** mit Geflügelrahm-sauce, dazu mediter-raner Gemüsemix und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	**Curry-Fischfrikassee *** mit Seelachsstücken und Gemüsestreifen, dazu Reis 1(W),3,4,7 6,5BE	**Hörnlinudeln „Tomate-Mozzarella“ *** mit Kirschtomaten und Basilikum 1(W) 7,5BE
Dienstag 24.06.2025	**„Schlemmer-schnitzel“** dazu holländische Sauce, Kaisergemüse und Kartoffeln 1(W),3,7 4,5BE	**„Berner Pfanne“ *** Hähnchen-geschnetzeltes in Käse-Paprikasauce, dazu Kartoffelrösti 1(W),3,7 4BE	**“Ammerländer Hühnersuppen-eintopf” *** mit Gemüse und Muschelnudeln 1(W),3,7,9 2BE	**3 Kartoffeltaschen “Frischkäse-Kräuter” *** dazu leichte Käsesauce und Buttergemüse 1(W),3,7 4,5BE
Mittwoch 25.06.2025	**Hackfleisch-Lauch-Pfanne *** mit Rindfleisch, Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Sahne, dazu Spiralnudeln 1(W),3,7 6,5BE	**Hühnerfrikassee “klassisch” *** mit Spargelstücken, Champignons und Erbsen, dazu Lang-kornreis 1(W),7,12 b/c/e/6BE	**3 Königsberger Klopse** in Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete-Salat 1(W),3,7 h/4BE	**Gemüsemedaillon *** mit Rahmkohlrabi und Kartoffeln 1(W),3,7,9 5BE
Donnerstag 26.06.2025	**3 hausgemachte Reibekuchen *** mit Apfelmus 1(W),3 c/7,5BE	**Wirsingroulade** in Specksauce, dazu Salzkartoffeln 1(W),7 a/b/c/3,5BE	**1 Valess “Gouda” Filet (pan.) *** mit Käsefüllung, dazu helle Sauce, Fingermöhren und Salzkartoffeln 1(W,H),3,7 a/4,5BE	**Veganes Bami Goreng *** indonesisches Gericht mit gebratenen Nudeln und Asia-Gemüse 1(W),6 5BE
Freitag 27.06.2025	**Vollkornspirelli “Jutta” *** dazu Broccoli-Sahnesauce, mit Geflügelbällchen 1(W),3,7,10 8,5BE	**Buntes Sommer-geschnetzeltes** (Schwein) mit Mais, Zucchini, Möhren und grüne Bohnen in heller Sauce, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 3,5BE	**Gedünstetes Seehechtfilet *** mit Dillsauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 5,5BE	**Orientalischer Kichererbseneintopf *** (veg.) m. Kartoffelwür-fel, Knoblauch, Toma-tenmark, Limettensaft und Naturjoghurt 7 3,5BE
Samstag 28.06.2025	**“Mecklenburger Graupensuppe” *** mit Suppengrün und Rindfleisch, dazu ein Kaiserbrötchen 1(W,G),9 5BE	**Gebratene Putenbrust *** in Zwiebel-Frischkäsesauce, dazu Euromix und Langkornreis 1(W),3,7 6BE	**Scheibe vom Kräuterbraten** in brauner Sauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 1(W) a/3BE	**Bunte Paprikaquiche *** mit Paprika, Créme fraiche, Thymian und Muskatnuss 1(W),3,7 a/5BE

	Einfach und lecker	„Ut Potten un Pannen“	Leicht und bekömmlich	Vegetarisch und vital
Sonntag 29.06.2025	**Bratrippchen** mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln 1(W) a/z/3,5BE	**Hähnchenroulade “Florenz” *** mit Spinatcremefüllung, dazu Sauce Hollandaise, Kaisergemüse und Salzkartoffeln 3,7,10 3BE	**Rinderragout *** in Sauce, dazu junge Erbsen und Kartoffeln 1(W) a/3BE	**2 Veg. Maultaschen auf Biryani-Reis *** mit Ingwer, Mandeln, Curry, Knobl., Rosinen, Rostzwiebeln, rote Paprika u. Erbsen 1(W),3,7 10BE
Montag 30.06.2025	**Spaghetti “Carbonara”** mit Schinken-Sahnesauce 1(W),3,7 b/c/j/6BE	**“Schwäbisches Linsengericht”** mit Saitenwurst vom Schwein, dazu Spätzle 1(W),3,9 b/c/8BE	**Geflügelfrikadelle *** mit Sauce, dazu Prinzessohnen und Kartoffeln 1(W),3,7,10 a/4BE	**Vegetarische Kartoffelsuppe *** mit Veggie-Wienerle 3,7,9 a/4BE

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

Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:

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

Es kocht: BFM CATERING …täglich frisch & lecker