

Musterspeiseplan
4 Wochen
für Menüservice

in form
www.inform.de

DGE-Qualitätsstandard
für Essen auf Rädern



Der vorliegende Speiseplan wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) geprüft und zertifiziert. Er erfüllt die Kriterien des aktuellen „DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“ (3. Auflage, 2015) aus folgenden Qualitätsbereichen:

- Lebensmittel einer Mittagungsverpflegung (Qualität und Häufigkeiten)
- Speisenplanung und –herstellung
- Hygieneaspekte/rechtlicher Rahmen/QM-System

Der Speiseplan kann für Mahlzeitendienste, die sich bei der DGE zertifizieren und das „Fit im Alter – Logo“ erwerben möchten, als Grundlage dienen.

Speiseplan für Menüservice zertifiziert nach DGE



Menü

Montag



Cremiger Milchreis mit fruchtigen Mandarinstücken (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) 10
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *
Rhabarbermus 3

Freitag



Schweinehacksteak in Rahmsoße mit buntem Pfeffer dazu Gartengemüse (Möhren, Blumenkohl, Brokkoli, Paprika) und Spätzle
Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten *

Dienstag



Hähnchengyros auf Weißkohl-Zwiebel-Gemüse, dazu Tomaten-Gemüse-Reis
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Obst *

Samstag



Vegetarischer Steckrübeneintopf
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *
Vollkornbrötchen *

Mittwoch



Bunte Gemüseplatte; mit grünen Bohnen, Fingermöhren, Blumenkohl und Stampfkartoffeln
Heringsstip *

Sonntag



Rinderroulade in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln 20
Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten *

Donnerstag



Linsen-Kartoffel-Bällchen mit Ratatouille-Gemüse aus Zucchini, Auberginen, Paprika
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *

Guten Appetit!

Speiseplan für Menüservice zertifiziert nach DGE



Menü

Montag



Reibekuchen mit Apfelmus
Gurkensalat mit Essig/Öl Dressing
3, 2
☞

Freitag



Seelachsfilet in Kräutermarinade
dazu Frühlingsgemüse (Möhren,
grüne Bohnen) und Salzkartoffeln
(Fi)
Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten
*
☞

Dienstag



Hähnchenbrust in Curry-
Rahmsoße mit Früchten, dazu
Gemüsereis mit Erbsen und
Möhren (Ge)
Salat der Saison mit
Joghurdressing *
Apfel-Himbeermus 3
☞

Samstag



Veg. Bohneneintopf
Vollkornbrötchen *

Mittwoch



Südländische Gemüse-
Nudelpfanne "vegetarisch" mit
Tomaten, Paprika und Auberginen
Salat der Saison mit Essig/Öl
dressing *

Sonntag



Rinderbraten in Zwiebelsoße;
dazu Pariser Karotten mit grünen
Bohnen und Salzkartoffeln
Obst der Saison *
☞

Donnerstag



Goldgelbes Eieromelette in
Käsesoße mit Gemüse "Leipziger
Allerlei" (Möhren, Blumenkohl,
Erbsen, Schwarzwurzeln) und
Stampfkartoffeln
Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten
*

Guten
Appetit!

Speiseplan für Menüservice zertifiziert nach DGE



Menü

Montag



Penne mit veg. Bolognese
Salat der Saison mit Essig/Öl
dressing *

Freitag



Rührei mit Spinat
Naturjoghurt (1,5%) mit
Früchten *

Dienstag



Schweinegeschnetzeltes in
Tomatensoße; dazu
Paprikagemüse und
Rosmarinkartoffeln
Obst *

Samstag



Vegetarischer Möhreintopf
Vollkornbrötchen *
Rhabarbermus 3

Mittwoch



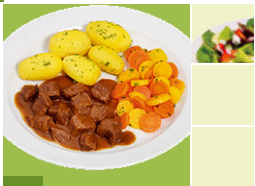
Lachsfilet in Buttersoße; mit
Brokkoli und einer Reis-
Wildreiskombination
Naturjoghurt (1,5%) mit
Früchten *

Sonntag



Rindersaftgulasch in herzhafter
Soße, dazu Spätzle
Salat der Saison mit Essig/Öl
dressing *
Naturjoghurt (1,5%) mit
Früchten *

Donnerstag



Rindergulasch mit
Möhrengemüse
Salat der Saison mit
Joghurtdressing *

Guten
Appetit!

Speiseplan für Menüservice zertifiziert nach DGE



Menü

Montag



Gemüsepfanne in cremiger Currysoße; mit Langkornreis Apfel-Bananenmus 3



Freitag



Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüse (Karotten, Blumenkohl, Bohnen, Erbsen) und Salzkartoffeln Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *



Dienstag



Spaghetti "Napoli" Krautsalat mit Essig/Öl Dressing 3



Samstag



Pichelsteiner Eintopf Vollkornbrötchen * Obst *



Mittwoch



Hackröllchen "Balkan-Art"; vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln Salat der Saison mit Joghurdressing *



Sonntag



Schweinegulasch Salat der Saison mit Joghurdressing * Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten *



Donnerstag



Cremige Erbsensuppe mit bunter Gemüseeinlage Vollkornbrötchen * Naturjoghurt (1,5%) mit Früchten *

Guten Appetit!

Legende



Alkohol



Fisch



Geflügelfleisch



Rindfleisch



Schweinefleisch



vegetarisch

02 Konservierungsmittel

03 Antioxidationsmittel

10 Zuckerart und Süßungsmittel

20 Nitritpökelsalz