

Musterspeiseplan
4 Wochen
für Menüservice

in form
GUTER GEMISCHTER TISCH

DGE-Qualitätsstandard
für Essen auf Rädern



Der vorliegende Speiseplan wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) geprüft und zertifiziert. Er erfüllt die Kriterien des aktuellen „DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“ (3. Auflage, 2014) 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.

Montag



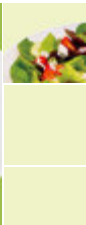
Gefüllter, vegetarischer Strudel auf Gemüsebett; dazu Kartoffelwürfel und Soße à la Hollandaise
Rhabarbermus 3

Freitag



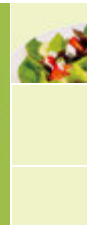
Schweinehacksteak in Rahmsauce mit buntem Pfeffer; dazu Gartengemüse und Spätzle
Joghurt mit Früchten (1,5%) *

Dienstag



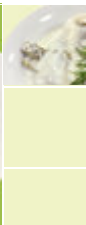
Rindergulasch; mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln
Salat der Saison mit Joghurtdressing *

Samstag



Fruchtige Tomatencremesuppe
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *
Vollkornbrötchen *

Mittwoch



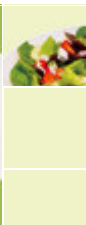
Bunte Gemüseplatte; mit grünen Bohnen, Fingermöhren, Blumenkohl und Stampfkartoffeln
Heringstip *

Sonntag



Rinderroulade "Hausfrauen Art"; in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln
20
Joghurt mit Früchten (1,5%) *

Donnerstag



Südländische Gemüse-Nudelpfanne; mit Tomaten und Paprika
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *

Guten
Appetit!

Montag



Reibekuchen mit Apfelmus;
Gurkensalat; 3,2

Freitag



Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dillcremesoße; mit Rahmspinat und Salzkartoffeln
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *

Dienstag



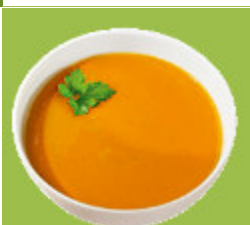
Zarte Hähnchenbrust; in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüseris
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Apfel-Himbeermus 3

Samstag



Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf;
Vollkornbrötchen *

Mittwoch



Möhrencremesuppe
Vollkornbrötchen *
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *

Sonntag



Zwei saftige Kohlrouladen vom Schwein; in Bratensoße, dazu Stampfkartoffeln mit Petersilie verfeinert
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Obst *

Donnerstag



Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße; mit Gemüse "Leipziger Allerlei" und Stampfkartoffeln
Joghurt mit Früchten (1,5%) *

Guten
Appetit!

Montag



Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *

Freitag



Rührei; mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln
Joghurt mit Früchten (1,5%) *

Dienstag



Rahmgeschnetzeltes vom Schwein; mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln
Apfelmus 3

Samstag



Brokkolicremesuppe
Vollkornbrötchen *

Mittwoch



Lachsfilet in feiner Buttersoße; mit Brokkoli und einer Reis-Wildreiskombination

Sonntag



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

Donnerstag



Hähnchenbrust; in fruchtiger Tomaten-Balsamico-Soße, dazu Gemüse-Reis
Salat der Saison mit Joghurtdressing *

Guten
Appetit!

Montag



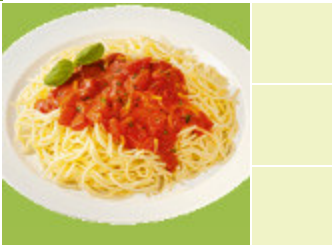
Vegetarischer Möhreeneintopf; mit feinen Kartoffelwürfeln
Apfel-Bananenmus 3

Freitag



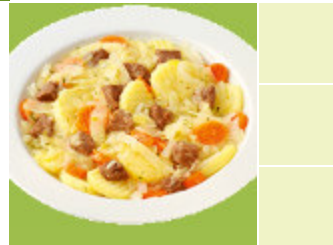
Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs; mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln
Salat der Saison mit Essig/Öl dressing *

Dienstag



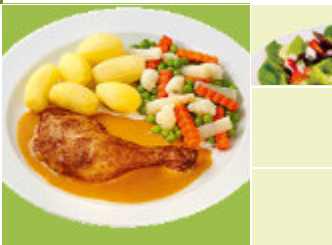
Spaghetti "Napoli"; mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße
Krautsalat; 3

Samstag



Pichelsteiner Eintopf; mit Rindfleisch
Vollkornbrötchen *

Mittwoch



Gegrillte Hähnchenkeule "Königin Art"; in einer feinen Soße mit Gemüse "Leipziger Allerlei" und Salzkartoffeln
Salat der Saison mit Joghurtdressing *

Sonntag



Schweinegulasch; mit Möhren "naturell" und Kartoffeln
Salat der Saison mit Joghurtdressing *
Joghurt mit Früchten (1,5%) *

Donnerstag



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

Guten
Appetit!

Legende

-  Alkohol
-  Fisch
-  Geflügelfleisch
-  Rindfleisch
-  Schweinefleisch

- 02 Konservierungsmittel
- 03 Antioxidationsmittel
- 09 Süßungsmittel
- 10 Zuckerart und Süßungsmittel
- 20 Nitritpökelsalz