

Volkssolidarität Kreisverband Schwerin-Westmecklenburg e.V.  
 Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s“  
 Friedrich-Engels-Str. 38, 19061 Schwerin, Tel.: 0385 / 760 515 20



## Essensplan August (Mo – Fr) von 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr

### Essen I & II inklusive Dessert

Montag, **4,50 € I** Gemüseintopf mit Nudeln <sup>S,G</sup>  
 05.08.

**6,20 € II** Geflügelfrikadelle mit Mischgemüse in Soße und Petersilienkartoffeln <sup>G,M</sup>

**Dessert:**  
 Schokopudding mit Vanillesoße <sup>M</sup>

Dienstag, **6,30 € I** Königsberger Klopse in Soße mit Rote Bete und Petersilienkartoffeln <sup>G,M</sup>  
 06.08.

**6,30 € II** paniierter Dorsch mit Kräutersoße und Kartoffeln <sup>G,Fi,Ei</sup>

**Dessert:**  
 Aprikosen

Mittwoch, **5,90 € I** Rahm-Spinat mit Rührei und Salzkartoffeln <sup>M,Ei</sup>  
 07.08.

**Dessert:** **4,50 € II** Weiße Bohnensuppe <sup>S</sup>  
 Apfel

Donnerstag, **6,30 € I** Seelachs in Vollkornpanade mit Gemüsesoße und Salzkartoffeln <sup>G,Ei,M,Fi</sup>  
 08.08.

**Dessert:** **5,50 €** Vegetarisches Chili mit Nudeln <sup>G,Ei,S</sup>  
 Ananas

Freitag,  **SOMMERFEST** im Quartier Friedrich´s  
 09.08.

Das Quartier Friedrich's lädt am 09. August alle Senioren herzlich zu einem Sommerfest ein. Von 11 bis 16 Uhr erwartet die Gäste ein buntes Programm mit leckeren Köstlichkeiten und stimmungsvoller Livemusik.

Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt: Es gibt **Bratwurst frisch vom Grill** sowie eine Auswahl an erfrischenden Getränken. Musikalisch wird der Tag von zwei DJs begleitet, die für gute Stimmung und tanzbare Melodien sorgen. DJ Erny und Klaus Jürgen werden abwechslungsreiche Musik spielen und für eine fröhliche Atmosphäre sorgen.

Um die Kosten für die DJs decken zu können, wird ein kleiner Eintrittspreis in Höhe von 9,00 € erhoben. Wir bitten um Ihr Verständnis und freuen uns auf zahlreiche Gäste, die gemeinsam einen schönen Tag im Quartier Friedrich's verbringen möchten.

## Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

**bunte Gemüseplatte (gr. Bohnen, Fingermöhren, Blumenkohl) mit Stampfkartoffeln** <sup>S,M</sup>  
für **6,30 €**

-----  
**Vegetarischer Kürbis-Kartoffeleintopf mit Steckrüben**  
für **6,10 €**

-----  
**Gemüseragout in Sauerrahmsoße** <sup>G,M,S</sup>  
für **5,80 €**

-----  
**Rinderroulade Hausfrauen Art in Bratensoße,  
Rotkohl und Salzkartoffeln** <sup>G,M,S,Sn</sup>  
für **8,90 €**

-----  
**Rindergeschnetzeltes Stroganoff mit Petersilienkartoffeln** <sup>G,S,Sn</sup>  
für **6,90 €**

-----  
**Tafelspitz vom Rind in Schnittlauch-Rahmsoße mit Suppengemüse,  
dazu Salzkartoffeln** <sup>G,S,M</sup>  
für **8,50 €**

-----  
**Käsespätzle mit Zwiebeln** <sup>S,M,S</sup>  
für **6,30 €**

-----  
**Rindergulasch mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln**  
für **8,00 €**

**Essensbestellungen zum nachfolgenden Tag nehmen wir bis 16:30 Uhr an.  
Sie haben die Möglichkeit, Ihr Essen zum jeweiligen Tage bis 7:15 Uhr unter  
0172/7931517 abzubestellen.**

**Andernfalls müssen wir bei Nichterscheinen Ihr Essen in Rechnung stellen.**

### **Kennzeichnungspflichtige Allergene :**

G = enthält glutenhaltiges Getreide (Weizen, Gerste, Roggen)  
K = enthält Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse  
Ei = enthält Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse  
Fi = enthält Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse  
E = enthält Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse  
Sb = enthält Soja(bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse  
M = enthält Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse

Sa = enthält Schalenfrüchte (Nüsse)  
S = enthält Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse  
Sn = enthält Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse  
Se = enthält Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse  
Su = enthält Schwefeldioxid und Sulphite  
L = enthält Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse  
W = enthält Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

### **Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe :**

1 = mit Farbstoff  
2 = mit Konservierungsstoff  
3 = mit Antioxidationsmittel

4 = mit Geschmacksverstärker  
5 = geschwefelt  
6 = geschwärzt

7 = mit Phosphat  
8 = mit Milcheiweiß  
9 = koffeinhaltig

10 = chininhaltig  
11 = mit Süßungsmitteln  
12 = gewachst