

06.07. – 10.07.

NAME & TEL.: \_\_\_\_\_

Volkssolidarität Kreisverband Schwerin-Westmecklenburg e.V.

Begegnungsstätte „Quartier Friedrich´s“

Friedrich-Engels-Str. 38, 19061 Schwerin, Tel.: 0385 / 760 515 20



## Essensplan Juli (Mo – Fr) von 11:00 Uhr bis 12:30 Uhr

### Essen I & II inklusive Dessert

Montag, 06.07.  **6,90 € I** Eierragout mit Salzkartoffeln und Salat <sup>M,S,Sn</sup>

**6,90 € II** Backcamembert mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln <sup>M,S,G</sup>

Dienstag, 07.07. **6,50 € I** Gemüsegyros mit Tzaziki und Reis <sup>M,S</sup>

**8,00 € II** Halber Broiler mit Kartoffelsalat <sup>G,M,Sn</sup> 

Mittwoch, 08.07. **7,20 € I** Grützwurst mit Sauerkraut und Salzkartoffeln <sup>G,S,M,Sn</sup>

**5,90 € II** Vollkornnudeln mit Tomatensoße <sup>S,2,3</sup>

Donnerstag, 09.07.  **7,20 € I** Hühnerfrikassee mit Rote Bete und Salzkartoffeln <sup>G,S,M</sup>

**6,50 € II** Nudelauflauf „Hawaii“ <sup>G,M</sup>

Freitag, 10.07. **5,90 € I** Kartoffelpuffer mit Apfelmus <sup>G,Ei</sup>

**7,20 € II** Boulette (vom Schwein) mit grünen Bohnen und Petersilienkartoffeln <sup>G,Ei,M</sup> 

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

 Gemüsevielfalt mit einer Karottenecke in Knusperpanade, Romanesco-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln, cremige Buttersoße <sup>M,S,G</sup>

**7,30 €**

**Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße, Wildreis-Gemüse** <sup>M,Fi</sup>  
**8,70 €**

---

**Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel-Garnitur** <sup>M,S</sup>  
**7,40 €**

---



**Bunte Gemüseplatte** (gr. Bohnen/Fingermöhren/Blumenkohl)  
**und Stampfkartoffeln** <sup>M,S</sup>  
**6,50 €**

---

**feine Bratwurst vom Schwein in dunkler Soße, Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln** <sup>S,G,M,Ei</sup>  
**7,50 €**

---

**Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis** <sup>S,M,Sn,G</sup>  
**7,20 €**

**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. Gern auch per Whatsapp.**

**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