

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



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

Essen I & II inklusive Dessert

Mitglieder der Volkssolidarität e.V. sparen gegen Vorlage ihres Mitgliedsausweises 5 % auf das Mittagsgeschicht

Donnerstag, 01.09. **5,50 € I** panierte Gemüsenuggets mit heller Rahmsoße, Brokkoli, und Salzkartoffeln ^{1,3,7,11}

Dessert: **6,40 € II** knuspriges Röstzwiebel-Schnitzel vom
Banane Schwein mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln ^{1,3,6,7,9}

Freitag, 02.09. **4,50 € I** Nudeln mit Tomatensoße ^{1,7}

Dessert: **6,60 € II** 2 Hähnchenoberkeulen in Rotweinssoße, dazu Erbsen und
Apfelmus mit Vanillesoße Salzkartoffeln ^{4,9}

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

Schweinebraten in Bratensoße, Rotkohl und
 Salzkartoffeln für **6,20 €**

Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße, grüne Bohnen und
 Salzkartoffeln für **5,60 €**

Montag, 05.09. **5,50 € I** Gemüsefrikadellen mit
 Stampfkartoffeln und Möhren-Apfel-Salat ^{1,3}

Dessert: **6,50 € II** Rote Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein
Kirschkompott in Soße und Salzkartoffeln ^{1,3,10}

Dienstag, 06.09. **5,50 € I** Mini-Hähnchenschnitzel mit Mischgemüse in heller Soße
 und Salzkartoffeln ^{1,9}

Dessert: **6,50 € II** Rinderschmorbraten in Soße, grüne Bohnen und
Mandarine Kartoffelklößchen ^{1,3,7,9}

Mittwoch, 07.09. **5,10 € I** vegetarische Gemüselasagne ^{1,3,7}

Dessert: **6,95 € II** Hähnchenfilets „Gärtnerin Art“ mit
Kirschgoghurt Kaisergemüse und Petersilienkartoffeln ^{1,7,9}

Donnerstag, 08.09. **5,50 € I** Alaska-Seelachs in Senf-Kräutersoße, Salzkartoffeln und Rote Bete^{3,7,9,10}

Dessert: Melone **6,70 € II** deftiger Spießbraten vom Schwein in herzhafter Zwiebel-Senf-Soße, Romanesco und Salzkartoffeln ^{1,9,10}

Freitag, 09.09.



SOMMERABSCHLUSSFEST von 11:00 – 16:00 Uhr mit Bratwurst vom Grill, Flohmarkt & Musik mit DJ Erny

Heute leider kein Mittagstisch

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

Zarte Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße, Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln für **6,20 €**

Gebratene Geflügelfleischbällchen in Soße mit Rübengemüse und Salzkartoffeln für **5,60 €**

Montag, 12.09. **6,10 € I** Rinderfrikadellen in Bratensoße, Erbsen & Kartoffeln^{1,3,7,9}

Dessert: Apfel **6,70 € II** Schweinebraten „bayrische Art“ (mit Majoran & Kümmel) mit Soße, Rosenkohl & Kartoffeln ^{1,9,10}

Dienstag, 13.09. **5,40 € I** Bio-Gemüseerbseneintopf mit Baguette ^{1,7,9}

Dessert: Joghurt **6,50 € II** Zwiebel-Sahne-Hähnchen, überbacken mit Emmentaler Käse, Bratensoße, Buttererbsen und Salzkartoffeln ^{1,3,7,9}

Mittwoch, 14.09. **5,50 € I** Alaska-Seelachs in cremiger Buttersoße, dazu Salzkartoffeln und Rote Bete

Dessert: Nektarine **5,70 € II** Geflügelfrikadelle mit leckerer Cremesoße, Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln ^{1,7}

Donnerstag, 15.09. **5,90 € I** Eieromelette mit Kohlrabi-Karotten-Gemüse in Soße und Salzkartoffeln ^{3,7}

Dessert: Birne **6,50 € II** Rahmschnitzel „natur“ vom Schwein in Rahmsoße, Buttergemüse und Salzkartoffeln ^{1,7,9}

Freitag, 16.09. **4,50 € I** Spätzle mit Käsesoße

Dessert: 6,70 € II Schlemmerfilet vom Alaska Seelachs mit Senfsoße,
Grießpeise Erbsen-Möhren-Mix und Salzkartoffeln^{1,4,7,9}

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsoße mit Gemüseinlage, Gemüsereis
für 5,60 €

Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Petersilienkartoffeln
für 6,00 €

Montag, 4,50 € I Nudeln mit Tomatensoße^{1,7}
19.09.

Dessert: 5,90 € I Königsberger Klopse (vom Rind & Schwein) mit Salzkartoffeln
Aprikosenjoghurt und Rote Bete^{1,3,7,9,10}

Dienstag, 4,50 € I Gemüseintopf mit Vollkornnudeln^{1,9}
20.09.

Dessert: 6,40 € II Schweinegulasch „Hausfrauen Art“, Blumenkohl und
Grießbrei mit Himbeeren und Salzkartoffeln^{1,7,9}

Mittwoch, 5,90 € I Rindergulasch mit Salzkartoffeln und Apfel-Möhren
21.09. Salat^{1,7,9,10}

Dessert: 6,50 € II Kräuter-Krustenbraten mit Bratensoße, Wirsinggemüse
Nektarine und Salzkartoffeln^{1,7,9}

Donnerstag, 5,50 € I Fischstäbchen mit Buttererbsen, helle Cremesoße
22.09. und Stampfkartoffeln^{1,4}

Dessert: 6,60 € II Westfälisches Zwiebelfleisch vom Rind in köstlicher
Banane Cremesoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln^{1,7,9,10}

Freitag, 4,50 € I Milchreis mit Apfelmus⁷
23.09.

Dessert: 6,95 € II Hähnchenbrust „natur“ mit Bratensoße,
Obst Fingermöhren und Petersilienkartoffeln^{1,7,9}

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

Schweinebraten in Bratensoße, Rotkohl und Salzkartoffeln
für 6,20 €

Zarte Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße, Schwarzwurzelgemüse
und Petersilienkartoffeln für 6,20 €

Montag, 26.09. 5,50 € I Hähnchenrahmgulasch mit Erbsen und Kartoffeln^{7,9,10}
Dessert: 6,50 € II paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße, Birne Buttergemüse und Salzkartoffeln^{1,7,9}

Dienstag, 27.09. 4,50 € I Kartoffelsuppe mit Brot^{1,9}
Dessert: 6,50 € II Rindergeschnetzeltes in einer Pfefferrahmsoße, Schokopudding mit Vanillesoße Buttererbsen und Salzkartoffeln^{1,3,7,9}

Mittwoch, 28.09. 5,50 € I Falafelbällchen (aus Kichererbsen) mit Vollkornreis, Sauerrahm-Soße, Rohkostsalat^{1,3,7,9}
Dessert: 6,40 € II Hähnchenfilets „Tandoori“ in pikanter Paprika-Joghurt-Soße und Salzkartoffeln^{1,3,6,7,9}

Donnerstag, 29.09. 5,70 € I Alaska-Seelachs in einer Vollkornpanade mit Gemüsesoße und Stampfkartoffeln^{1,4}
Dessert: 6,10 € II Kohlroulade vom Schwein in Bratensoße und Salzkartoffeln

Freitag, 30.09. 4,50 € I Hefeklöße mit Fruchtsuppe^{1,7}
Dessert: 6,70 € II Putenmedaillons in Kräuter-Rahmsoße, Marktgemüse und Salzkartoffeln^{1,7,9,10}

Sie hätten gern Essen für das Wochenende ? Suchen Sie sich etwas von unserer Sortimentsliste vor Ort aus.

Sie dürfen es tiefgefroren mitnehmen und im Ofen erhitzen.

Sprechen Sie uns gern an.

Wir wünschen einen guten Appetit.

Essensbestellungen zum nachfolgenden Tag nehmen wir bis 13:30 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 :

1 = enthält glutenhaltiges Getreide (Weizen, Gerste, Roggen)
2 = enthält Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse
3 = enthält Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse
4 = enthält Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse
5 = enthält Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse
6 = enthält Soja(bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse
7 = enthält Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse

8 = enthält Schalenfrüchte (Nüsse)
9 = enthält Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse
10 = enthält Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse
11 = enthält Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse
12 = enthält Schwefeldioxid und Sulphite
13 = enthält Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse
14 = 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 = gewachst
8 = mit Süßungsmittel
9 = mit Phosphat

10 = mit Säuerungsmittel
11 = mit Nitritpökelsalz