

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 11:15 Uhr bis 12:30 Uhr

Essen I & II inklusive Dessert

Montag,
18.09. **5,20 € I** Gemüselasagne ^{G,Ei,M}

Dessert:
Vanillejoghurt **6,60 € II** Rinderschmorbraten in Soße mit Bohnen und
Salzkartoffeln ^{S,G,Sn}

Dienstag,
19.09. **6,50 € I** Mini-Hähnchenschnitzel mit Mischgemüse in heller Soße
und Salzkartoffeln ^{G,Ei,M}

Dessert:
Apfel **6,50 € II** Alaska Knusperfilet mit Honig-Senf-Füllung,
Weißkrautsalat und Petersilienkartoffeln ^{G,Ei,Fi,Sn}

Mittwoch,
20.09. **6,30 € I** Gemüsefrikadelle mit Möhren-Apfel-Salat und
Stampfkartoffeln ^{G,Ei,M}

Dessert:
Honigmelone **5,70 € II** Kartoffeltasche mit Rahmgemüse ^M

Donnerstag,
21.09. **6,20 € I** Alaska-Seelachs in Dill-Kräutersoße mit Rote Bete
und Reis ^{Fi,M}

Dessert:
Banane **5,90 € II** Reismudel-Gemüse-Pfanne ^G

Freitag,
22.09. **4,50 € I** Eierkuchen mit Apfelmus ^{G,Ei,M}

Dessert:
Pflaume **6,50 € II** paniertes Putenschnitzel mit Ratatouille Gemüse in Soße
und Salzkartoffeln ^{G,M}

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

**Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne
mit einer Apfel-Zwiebel-Garnitur ^M für 6,60 €**

**Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsoße,
Gartengemüse und Bandnudeln ^M für 7,70 €**

**Fischpfanne Friesische Art
vom Alaska Seelachs und Salzkartoffeln ^{Fi,S,M} für 6,30 €**

**Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsoße, Gemüseeinlage,
dazu bunter Gemüseris ^{G,Ei,M} für 6,30 €**

**Burgunderbraten vom Rind mit Rosenkohl
Knöpfe-Spätzle ^{G,Ei,S,Sn} für 9,60 €**

**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 :

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



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

Essen I & II inklusive Dessert

Montag, 25.09.	4,50 € I	Gemüseerbseneintopf^M
Dessert: Pfirsichjoghurt	6,70 € II	Kräuter-Krustenbraten in Soße mit Bohnen und Salzkartoffeln^{M,G,Sn}

Dienstag, 26.09.	6,50 € I	Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Bohnen und Petersilienkartoffeln^{G,Ei,M,Sn}
Dessert: Birne	6,50 € II	Kabeljau in Zitronen-Buttersoße, dazu Spinat und Salzkartoffeln^{G,Fi,M}

Mittwoch, 27.09.	6,50 € I	Seelachs in Buttersoße mit Weißkrautsalat und Reis^{Fi,M}
Dessert: Kiwi	5,90 € II	Gemüseauflauf mit Nudeln^{M,G}

Donnerstag, 28.09.	6,10 € I	Eieromelette mit Kohlrabi-Karotten-Gemüse in Soße und Salzkartoffeln^{G,Ei,M}
Dessert: Clementinen	6,60 € II	Hähnchenbrust in Tomaten-Bacon-Paprika-Soße mit Petersilienkartoffeln^{G,2,3}

Freitag, 29.09.	4,50 € I	Spätzle in Käsesoße^{G,Ei,M}
Dessert: Weintrauben	6,50 € II	Schellfisch mit Mischgemüse in Soße und Reis^{Fi,M}

Gern bieten wir Ihnen auch Assiettenessen (tiefgekühlt)

**Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne
 mit einer Apfel-Zwiebel-Garnitur^M für 6,60 €**

**Schlemmergeschnetztes vom Rind in Paprika-Rahmsoße,
 Gartengemüse und Bandnudeln^M für 7,70 €**

**Fischpfanne Friesische Art
vom Alaska Seelachs und Salzkartoffeln ^{Fi,S,M} für **6,30 €****

**Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsoße, Gemüseeinlage,
dazu bunter Gemüsereis ^{G,Ei,M} für **6,30 €****

**Burgunderbraten vom Rind mit Rosenkohl
Knöpfe-Spätzle ^{G,Ei,S,Sn} für **9,60 €****

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 :

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