Speiseplan 10. KW

Tage: Montag, 04.03.24 · Dienstag, 05.03.24 · Mittwoch, 06.03.24 · Donnerstag, 07.03.24 · Freitag, 08.03.24 · Samstag, 09.03.24 · Sonntag, 10.03.24

M1 rot – Tagesgericht
herzhaft & beliebt

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag, 04.03.24	**Gebackener Leberkäse** auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	S	A1,G,2,4,5,9	460kj	6,4 F	2,3 g.F	8,9 KH	1,8 ZU	3,2 EW	1,1 SA	3,8 BE
Dienstag, 05.03.24	**Delikate Putenpfanne** mit Gemüse und Reis	G	A1,F,G,I,9	416kj	1,2 F	0,5 g.F	15,8 KH	0,6 ZU	6,0 EW	0,7 SA	5,9 BE
Mittwoch, 06.03.24	**Currywurstpfanne** mit frischen Zwiebeln und Reis	S	A1,I,3,5	522kj	4,4 F	1,8 g.F	17,5 KH	3,4 ZU	3,6 EW	1,4 SA	6,6 BE
Donnerstag, 07.03.24	**Fischbulette** mit Ratatouille und Kartoffelpüree	F	A1,D,G,I,J,3,5,9	390kj	2,1 F	0,8 g.F	12,1 KH	3,8 ZU	5,5 EW	0,9 SA	4,4 BE
Freitag, 08.03.24	**Frische Reibekuchen** mit leckerem Apfelmus	V	A1,C	576kj	6,1 F	0,5 g.F	18,1 KH	7,3 ZU	1,6 EW	0,7 SA	6,9 BE
Samstag, 09.03.24	**Herzhaftes Saftgulasch** vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat	S	A1,C,G,I,J,2,3,5,9	493kj	3,2 F	0,8 g.F	14,9 KH	1,1 ZU	6,7 EW	1,1 SA	6,5 BE
Sonntag, 10.03.24	**Thüringer Bratwurst** in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln	S	A1,G,I,5,9	371kj	4,9 F	1,9 g.F	8,0 KH	0,9 ZU	3,0 EW	1,5 SA	3,7 BE

M2 blau – Diabetikerkost
brennwertkontrolliert wahlweise püriert

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Rinderbraten** in Bratenjus mit zartem Bohnengemüse und Salzkartoffeln	R	A1,I	348kj	1,2 F	0,0 g.F	8,5 KH	1,1 ZU	8,7 EW	1,8 SA	3,8 BE
Dienstag	**Grobe Bratwurst** in Bratenjus mit Apfelrotkohl und Kartoffeln	S	A1,I,3,5	292kj	1,8 F	0,7 g.F	9,0 KH	2,2 ZU	3,7 EW	1,7 SA	4,2 BE
Mittwoch	**Geflügel-Hackbraten** in würziger Sauce mit Mischgemüse und Kartoffeln	G	A1,C,F,G,I,J,9	310kj	2,0 F	0,3 g.F	8,9 KH	1,3 ZU	4,3 EW	1,7 SA	3,9 BE
Donnerstag	**Belgischer Gemüseeintopf** mit Geflügelbockwurst	G	A1,I,2,4	410kj	6,6 F	2,0 g.F	8,0 KH	1,6 ZU	2,6 EW	1,7 SA	3,9 BE
Freitag	**Feine Rinderbulette** in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Püree (LVK)	R	A1,C,G,I,5,9	382kj	2,9 F	1,2 g.F	10,8 KH	2,2 ZU	5,1 EW	0,9 SA	4,9 BE
Samstag	**Holsteiner Kartoffelsuppe** mit Wursteinlage	S	A1,G,I,J,2,9	332kj	2,6 F	1,1 g.F	10,9 KH	1,0 ZU	2,7 EW	0,7 SA	5,0 BE
Sonntag	**Zarte Hähnchenbrust** in feiner Sauce dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln (LVK)	G	A1,F,G,I,9	283kj	0,5 F	0,2 g.F	9,9 KH	1,9 ZU	5,4 EW	1,5 SA	4,4 BE

M3 rosa – Bunte Vielfalt
Rund um die Welt.

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Hähnchenschnitzel** mit Paprikagemüse und Butterreis	G	A1,G,I,5,9	507kj	3,0 F	0,9 g.F	19,1 KH	1,3 ZU	4,0 EW	0,9 SA	7,1 BE
Dienstag	**Schweinegulasch** in pikanter Champignon-Rahm-Sauce dazu Spirellis	S	A1,G,I,5,9	471kj	2,2 F	0,3 g.F	15,1 KH	0,2 ZU	7,5 EW	1,0 SA	5,7 BE
Mittwoch	**Vollkorn-Spaghetti Tonno** Nudeln in Tomaten-Thunfischsauce dazu Möhrensalat	F	A1,D,I,3,5	426kj	1,6 F	0,3 g.F	17,0 KH	3,4 ZU	3,9 EW	1,6 SA	7,4 BE
Donnerstag	**Chicken-Nuggets** mit Ketchupsauce, Reis und Krautsalat	G	A1,C,I,J,2,3,5	506kj	4,6 F	1,6 g.F	16,2 KH	2,1 ZU	3,4 EW	1,3 SA	7,0 BE
Freitag	**Deftige Kohlroulade** in Speck-Zwiebel-Sauce mit Salzkartoffeln	S	A1,I,4	411kj	4,1 F	1,6 g.F	10,8 KH	1,6 ZU	3,5 EW	1,6 SA	4,8 BE
Samstag	**Curry-Spinat-Pfanne** mit Linsen, dazu Sesamkartoffeln	V	A1,I,K	462kj	3,2 F	0,3 g.F	14,5 KH	0,9 ZU	4,7 EW	0,8 SA	6,1 BE
Sonntag	**Bandnudeln** in leckerer Spinat-Käse-Sauce (LVK)	V	A1,G,I,5,9	488kj	2,6 F	1,3 g.F	18,4 KH	0,8 ZU	4,4 EW	1,4 SA	7,4 BE

M4 gold – Gaumenfreude
für Feinschmecker.

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Schweizer Sahnegeschnetzeltes** mit kleinen Möhren und Spätzle	S	A1,C,G,I,9	339kj	2,0 F	0,7 g.F	11,5 KH	2,2 ZU	4,1 EW	1,1 SA	5,0 BE
Dienstag	**Zartes Hähnchenbrustfilet Florentiner Art** auf Käsesauce mit Blattspinat und Nudeln (LVK)	G	A1,F,G,I,5,9	427kj	2,3 F	1,1 g.F	12,2 KH	1,2 ZU	7,9 EW	1,3 SA	5,2 BE
Mittwoch	**Rindersauerbraten** in delikater Sauce dazu Rotkohl und Kartoffelknödel – **Menü-Aufpreis + 1,00 €**	R	A1,G,2,5,9	432kj	1,7 F	0,2 g.F	12,8 KH	3,7 ZU	8,0 EW	1,6 SA	5,6 BE
Donnerstag	**Spießbraten** in Paprika-Rahm-Sauce mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	S	A1,G,I,5,9	446kj	5,4 F	1,9 g.F	8,9 KH	2,1 ZU	4,4 EW	1,7 SA	3,9 BE
Freitag	**Matjesfilet** in Kräutermarinade, dazu Speckböhnchen und Butterkartoffeln	S F	A1,D,G,I,2,4,5,9	387kj	3,8 F	1,1 g.F	9,9 KH	2,3 ZU	4,2 EW	2,2 SA	4,8 BE
Samstag	**Gedünstetes Fischfilet** auf Blattspinat mit Kräutersenfsauce und Kartoffeln (LVK)	F	A1,D,G,I,J,5,9	293kj	1,7 F	0,8 g.F	8,8 KH	1,0 ZU	4,4 EW	1,6 SA	4,0 BE
Sonntag	**Schweinesteak** mit Grillgemüse und Rosmarinkartoffeln	S	A1,I,5	382kj	1,4 F	0,1 g.F	13,6 KH	3,1 ZU	5,7 EW	0,3 SA	5,6 BE

M5 grün – Vegetarisch
Fleischlos lecker.

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Spaghetti Funghi** Italiensche Nudeln in Pilzsauce und Olivenöl	V	A1,G,I,9	411kj	2,5 F	0,6 g.F	15,5 KH	0,9 ZU	3,0 EW	0,9 SA	5,7 BE
Dienstag	**Mini-Frühlingsrollen** mit chinesischem Gemüse und feinem Wildreis	V	A1,C,F,G,I,3,9	490kj	1,7 F	0,2 g.F	22,2 KH	3,8 ZU	2,7 EW	1,3 SA	8,4 BE
Mittwoch	**Rührei** mit Rahmspinat und Kartoffeln (LVK)	V	A1,C,G,I,5,9	431kj	5,4 F	2,0 g.F	8,3 KH	1,1 ZU	5,1 EW	1,9 SA	3,5 BE
Donnerstag	**Gedünstetes Gemüse** mit Sauce Holländische Art dazu Petersilienkartoffeln (LVK)	V	A1,G,I,9	346kj	2,4 F	1,4 g.F	12,2 KH	1,9 ZU	2,3 EW	2,4 SA	4,5 BE
Freitag	**Tortellini Vegetarische Art** in fruchtiger Tomatensauce (LVK)	V	A1,C,G,I,9	331kj	0,8 F	0,2 g.F	12,5 KH	2,8 ZU	2,2 EW	1,1 SA	4,9 BE

M6 gelb – Eintopf & Pasta
Einfach gut!

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Möhrengemüse Hausfrauenart** mit Fleischer-Bulette (LVK)	S	A1,C,I,J,5	350kj	3,0 F	1,2 g.F	9,4 KH	2,7 ZU	4,3 EW	1,4 SA	4,6 BE
Dienstag	**Grünkohleintopf** mit Kasselerwüfel	S	A1,I,J,2,5	274kj	1,3 F	0,4 g.F	8,8 KH	0,2 ZU	4,3 EW	0,9 SA	4,0 BE
Mittwoch	**Chilli Con Carne** mit roten Bohnen und körnigem Reis	R	A1,I	497kj	1,3 F	0,5 g.F	17,0 KH	1,5 ZU	4,4 EW	1,1 SA	6,4 BE
Donnerstag	**Bulgurpfanne** mit Hirtenkäsewürfel und mediterranem Gemüse in Tomatensauce	V	A1,G,I,9	211kj	1,9 F	1,2 g.F	4,7 KH	2,4 ZU	2,8 EW	0,8 SA	2,0 BE
Freitag	**Eintopf** von frischem Kohlrabi mit gebratenen Fleischklößchen	S	A1,C,G,I,J,5,9	365kj	3,0 F	1,2 g.F	10,2 KH	1,1 ZU	4,7 EW	1,6 SA	4,9 BE

M7 lila – Salat & Co.
kalt serviert.

Nur im Einweg erhältlich.

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Paniertes Schweineschnitzel** mit Kartoffelsalat und Senf	S	A1,C,G,J,2,3,5,9	738kj	10,1 F	4,2 g.F	13,3 KH	2,6 ZU	8,0 EW	0,5 SA	4,5 BE
Dienstag	**Chefsalat** mit Schinken, Käse und Ei, dazu Cocktail-Dressing	S	C,G,J,2,3,4,5,9	379kj	5,0 F	2,3 g.F	4,0 KH	2,9 ZU	6,8 EW	0,7 SA	1,0 BE
Mittwoch	**Salatteller** mit verschiedenen Rohkostsalaten, dazu Haus-Dressing	V	C,G,J,2,3,5,9	215kj	3,0 F	1,3 g.F	3,9 KH	2,9 ZU	1,5 EW	0,2 SA	1,1 BE
Donnerstag	**Hirten-Käse** mit Tomate, Lauchstreifen, Zwiebeln und schwarzen Oliven, dazu Honig-Senf-Dressing	V	C,G,J,2,3,5,9	507kj	9,6 F	4,3 g.F	3,9 KH	2,9 ZU	4,1 EW	1,0 SA	1,1 BE
Freitag	**Salatteller Rustica** mit Weißkohl, Tomaten, Gurken, Möhrchen und Hackfleischbällchen, dazu Sauerrahm-Dressing	S	A1,C,G,I,J,9	345kj	3,7 F	1,5 g.F	5,2 KH	2,7 ZU	6,5 EW	0,6 SA	1,7 BE

M8 weiß – Süßer Schmaus
Schlemmerfreude!

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Milchreis** mit heißen Kirschen (LVK)	V	G,5,9	601kj	1,6 F	0,8 g.F	22,1 KH	14,6 ZU	2,5 EW	0,1 SA	9,2 BE
Dienstag	**Germknödel** mit Vanillesauce (LVK)	V	A1,C,G,5,9	695kj	2,6 F	1,3 g.F	31,3 KH	13,1 ZU	4,0 EW	0,4 SA	9,5 BE
Mittwoch	**Griesflammeri** Baden Baden mit Fruchtsoße (LVK)	V	A1,G,5,9	502kj	2,3 F	1,1 g.F	21,7 KH	15,7 ZU	2,8 EW	0,1 SA	9,1 BE
Donnerstag	**Sahnegrießbrei** mit Waldfrüchten (LVK)	V	A1,G,5,9	555kj	2,3 F	1,1 g.F	24,7 KH	18,8 ZU	2,8 EW	0,1 SA	10,4 BE
Freitag	**Eierpfannkuchen** gefüllt mit Heidelbeeren dazu Vanillesauce	V	A1,C,G,5,9	490kj	3,0 F	1,3 g.F	19,5 KH	10,9 ZU	3,2 EW	0,2 SA	6,9 BE
Samstag	**Milchreis** mit roter Grütze (LVK)	V	G,5,9	514kj	1,5 F	0,7 g.F	24,4 KH	16,8 ZU	2,5 EW	0,1 SA	10,2 BE
Sonntag	**Heißer Apfelstrudel** mit Vanillesauce	V	A1,G,2,4,5,9	876kj	11,1 F	5,4 g.F	24,5 KH	9,5 ZU	3,0 EW	0,4 SA	10,3 BE

M9 braun – Zum Abend
kalt serviert.

Nur im Einweg erhältlich.

Tag	Gericht		Allergene	kJ	F	g.F	KH	ZU	EW	SA	BE
Montag	**Herzhafter Rindfleischsalat** mit Brot und Butter	R	A1,A2,3	626kj	7,3 F	3,7 g.F	11,9 KH	5,4 ZU	8,4 EW	1,0 SA	3,7 BE
Dienstag	**Gyrosbraten** mit Zaziki und Krautsalat	S	A1,C,G,J,2,3,5,9	787kj	15,2 F	3,9 g.F	4,9 KH	3,7 ZU	7,1 EW	1,3 SA	1,5 BE
Mittwoch	**Eiersalat** mit Obstgarnitur und Weißbrot	V	A1,C,G,J,2,3,5,9	751kj	13,5 F	5,3 g.F	7,8 KH	2,4 ZU	6,6 EW	1,1 SA	2,2 BE
Donnerstag	**Sandwichteller -** leckere Sandwiches (Toast belegt) mit verschiedenen Sorten Belag und Garnitur	S	A1,C,G,J,2,5,9	1086kj	15,2 F	7,0 g.F	20,7 KH	4,1 ZU	9,5 EW	1,2 SA	5,1 BE
Freitag	**Fischplatte** nach Angebot mit Brot und Butter	F	A1,A2,D,G,3,9	974kj	15,1 F	6,2 g.F	14,0 KH	3,2 ZU	9,9 EW	2,2 SA	3,5 BE
Samstag	**Gebratene Fleischbällchen** in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur	S	A1,C,G,I,J,2,3,5,9	915kj	14,7 F	6,4 g.F	13,6 KH	1,7 ZU	8,3 EW	1,2 SA	5,0 BE
Sonntag	**Käseplatte Winzer Art** mit Weintrauben und Garnitur dazu Butter und Mischbrot	V	A1,A2,G,4,5,9	988kj	6,2 F	3,9 g.F	32,5 KH	2,1 ZU	10,8 EW	1,6 SA	6,0 BE

GLORIA® seit 1989 – Ihr Menü-Bringdienst

030-456 0810
Fax 030-455 9093
www.gloria-menue.de

Menüpreise „all inclusive": Zu jedem heißen Mittagessen gehört selbstverständlich ein leckeres Dessert!

...genießen Sie die Extra-Portion Herzlichkeit!

Die Diabetikerkost liefern wir wahlweise auch als pürierte Kost.

Menüs mit diesem Zeichen (LVK) sind geeignet für **Leichte Vollkost:** vollwertig, magenschonend und bekömmlich.

Änderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten. Nährwertangaben = Ca.-Werte/ Menü ohne Salat, Dessert

enthält: 1= Geschmacksverstärker; 2= Antioxidationsmittel; 3= Süßstoff; 4= Konservierungsstoff; 5= Farbstoff; 6= geschwärzt; 7= Alkohol; 8= Formfleisch; 9= mit Milchprodukt zubereitet; [A]= Glutenhaltiges Getreide (A1= Weizen, A2= Roggen, A3= Gerste, A4= Hafer, A5= Dinkel, A6= Kamut oder A7= Hybridstämme davon); [B]= Krebstiere / Krebstiererzeugnisse ; [C]= Eier / Eierzeugnisse ; [D]= Fisch / Fischerzeugnisse ; [E]= Erdnüsse / Erdnusserzeugnisse ; [F]= Soja / Sojaerzeugnisse ; [G]= Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose; [H]= Schalenfrüchte (H1= Mandel, H2= Haselnuss, H3= Walnuss, H4= Cashew, H5= Pecannuss, H6= Paranuss, H7= Pistazie, H8= Macadamianuss und H9= Queenslandnuss); [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse ; [J]= Senf / Senferzeugnisse ; [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse; [L]=Schwefeldioxid und Sulfite; [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse ; [N]= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse; R=Rind, S=Schwein, F=Fisch, G= Geflügel, W= Wild, V= Vegetarisch, L= Lamm. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltiges Getreide werden Ausschließlich mit Weizen zubereitet, ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion.

Unsere Menüs sind zum Verzehr am Liefertag bestimmt.