



Menüvorschlag vom 16.09.2019 bis 20.09.2019

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	16.09.2019 Montag	17.09.2019 Dienstag	18.09.2019 Mittwoch	19.09.2019 Donnerstag	20.09.2019 Freitag
Vorspeise oder Vorsuppe	Nudeln "Penne Rigate" mit Olivenöl und Knoblauch oder Lauch-Paprika-Suppe	Rote Beete Salat oder Leberspätzlesuppe (S)	Roter Heringssalat und Stangenweißbrot oder Maiscremesuppe	Chinakohlsalat mit Mandarinen-Joghurtdressing oder Zucchini cremesuppe	Thunfischsalat oder Zwiebelsuppe mit Croûtons
Tagesgericht	Cordon Bleu (S) mit Pfefferrahmsoße, Pommes frites, Brokkoli, und Leipziger Allerlei	Rinderschmorsteak mit Kichererbsen und Petersilienkartoffeln	Paniertes Schweineschnitzel mit Jägersoße, Pommes frites und Paprikagemüse	Knoblauchsteak (S) mit gedünsteten Zwiebeln, Gebackene Kräuterkartoffeln und italienisches Gemüse	Rinderfrikadelle mit Braten-soße, Blumenkohlröschen und Kartoffel-Gurkensalat
Alternative ohne Schwein	Pizza mit Tomaten und Käse	Heringsfilet „Matjesart“ mit Kräuter-Sahne-Soße, Petersilienkartoffeln und grünen Bohnen	Putendöner mit Joghurtsoße und scharfer Tomatensoße	Überbackenes Seelachsfilet mit Tomatensoße, Ebly (Hartheizen) und Brokkoli mit Mandeln	Chicken-Nuggets mit Tomaten-Chili-Salsa, Kartoffelrösti und Mischgemüse
Menü für's Gelände/ Outdoor	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Karotten, Champignons und Reis	Schweinegulasch mit Gartengemüse und Spiralnudeln	Rindergeschnetzeltes mit Makkaroni und Rosenkohl	Rindfleischkartoffeltopf mit Wurzelgemüse	
Vegetarisches Gericht	Vollkornspaghetti mit Tomaten-Spinatsoße	Saftiges Karottenrösti mit Chilisauce „Süß-Sauer“ und Chinagemüse	Nudelpfanne mit Fetakäse, schwarzen Oliven und Peperoni	Soja-Hackbällchen mit Champignons á la crème	Linsen-Currysuppe mit Kokosmilch und Koriander dazu Vollkornbrötchen
Nachspeise	Mango-Quark mit Mandeln oder Götterspeise	Mousse au Chocolat oder Krapfen oder Karamellpudding	Pfirsichquark mit Mandeln oder Vanillepudding oder Eisbecher "Fürst Pückler"	Obstcocktail oder Amerikaner oder Grießspeise	Erdbeer-Haferflocken-Joghurt oder Milchreis mit Früchten
Fitnessvorschlag (ca. 700 kcal)	Lauch-Paprika-Suppe Vollkornspaghetti mit Tomaten-Spinatsoße Mango-Quark mit Mandeln	Rote Beete Salat Rinderschmorsteak mit Kichererbsen und Petersilienkartoffeln Obst	Maiscremesuppe Putendöner mit Joghurtsoße und scharfer Tomatensoße Pfirsichquark mit Mandeln	Chinakohlsalat Überbackenes Seelachsfilet mit Tomatensoße, Ebly (Hartheizen) und Brokkoli mit Mandeln Obstcocktail	Thunfischsalat Vollkornbrötchen Linsen-Currysuppe Erdbeer-Haferflocken-Joghurt

Zusätzlich bieten wir Ihnen täglich ein reichhaltiges Salatbuffet sowie eine vielfältige Auswahl an Kaltgetränken und Kaffeespezialitäten an.

Die Allergen- und Inhaltsstoffkennzeichnungen finden Sie auf den Aufstellern in Ihrer Truppenküche. Sprechen Sie bei Fragen gerne das Küchenpersonal an.

Die Menüpläne sind auch im Internet verfügbar! QR-Code scannen oder <https://vpflabw.de/menueplan>

