



Menüvorschlag vom 14.10.2019 bis 18.10.2019

**Verpflegungsmanagement
der Bundeswehr**

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	14.10.2019 Montag	15.10.2019 Dienstag	16.10.2019 Mittwoch	17.10.2019 Donnerstag	18.10.2019 Freitag
Vorspeise oder Vorsuppe	Gemischter Feinkostsalat mit Stangenweißbrot, oder Tomatensuppe mit gerösteten Sonnenblumenkerne	Möhrensalat oder Minestrone	Feldsalat mit Tomaten und Sonnenblumenkerne oder Selleriecremesuppe	Bauernsalat mit Fetakäse, Oliven, Peperoni und Stangenweißbrot oder Gemüsebrühe mit Reis	Gemüsetoast oder Paprikasuppe mit Croutons
Tagesgericht	Spaghetti mit „Bolognese“ -Soße	Schweinebraten in Kräuterkruste mit Petersilienkartoffeln und Brokkoli mit Mandeln	Schweineroulade mit Pfefferrahmsoße, Eierspätzle und Erbsen Mais	Rinderfrikadelle mit Bratensoße, Kartoffelpüree mit Kräuter und Kaisergemüse	Zwiebelsteak (S) mit Brauner Soße Schnittlauchkartoffeln und Spargelgemüse
Alternative ohne Schwein	Pizza mit Putenbruststreifen, Zwiebeln und Blattspinat	Fischfrikadelle mit Dillssoße, Ebly (Hartweizen) und Gemüse Mischung „Leipziger Allerlei“	Paniertes Putenschnitzel, Geflügelsoße Würzige Kartoffelwedges und Gurkenrahmgemüse	Garnierte Matjesbrötchen	Frühlingsrolle mit Hähnchenfleisch, Chilisauce „Süß-Sauer“, Scharfer Reis und Chinagemüse
Menü für´s Gelände/ Outdoor	Köttbullar (S) „Schwedische Art“ mit Preiselbeeren, Salzkartoffeln und Sellerie-rahmgemüse oder Karotten	Kartoffeleintopf mit Geflügelbockwurst und Baguettebrötchen	Rindergeschnetzeltes mit Champignons und Gewürz Gurken mit Eierspätzle	Gulaschtopf (R) mit Kartoffeln	
Vegetarisches Gericht	Moussaka, (ohne Hackfleisch)	Wedges – Gemüsepfanne	Gebratene Gnocchi mit Tomaten, Erbsen und Frühlingszwiebeln	Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Zuckerschoten	Pfannkuchen-Wrap mit Gemüse und Senfdip
Nachspeise	Mousse au Cappuccino oder Buttermilchdessert	Erdbeercreme oder Krapfen oder Vanillepudding	Bayerischcreme mit Brombeeren oder Fruchtjoghurt	Obstsalat mit Joghurt-Orangensoße oder Amerikaner oder Milchreis mit Früchten	Erdbeer-Haferflocken-Joghurt oder Götterspeise
Fitnessvorschlag (ca. 700 kcal)	Tomatensuppe mit gerösteten Sonnenblumenkerne Pizza mit Putenbruststreifen, Zwiebeln und Blattspinat Obst	Möhrensalat Schweinebraten in Kräuterkruste Petersilienkartoffeln und Brokkoli mit Mandeln Obst	Feldsalat mit Tomaten Gebratene Gnocchi mit Tomaten, Erbsen und Frühlingszwiebeln Obst	Gemüsebrühe mit Reis Garnierte Matjesbrötchen Obstsalat mit Joghurt-Orangensoße	Paprikasuppe mit Croutons Pfannkuchen-Wrap mit Gemüse und Senf-Dip 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>



R: Rind S: Schwein G: Geflügel

