



Menüvorschlag vom 07.10.2019 bis 11.10.2019

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	07.10.2019 Montag	08.10.2019 Dienstag	09.10.2019 Mittwoch	10.10.2019 Donnerstag	11.10.2019 Freitag
Vorspeise oder Vorsuppe	Honigmelone mit Lachsschinken oder Blumenkohlcremesuppe mit Petersilie	Rote Beete Salat mit Apfel oder Hühnernudelsuppe	Farmersalat mit Stangenweißbrot oder Maiscremesuppe mit Kokosmilch	Kartoffelpuffer mit Kräuterdip oder Lauch-Paprika-Suppe	Blattsalat mit Aprikosen- Dressing und Sonnenblumenkerne oder Grießklößchensuppe
Tagesgericht	Pizza mit Schinken und Ananas	Rinderroulade mit Lauch und Tafelmeerrettich im Gemüsesud, Petersilienkartoffeln und Rosenkohl	Paniertes Schweineschnitzel, mit Zitrone, Bratkartoffeln und Kohlrabigemüse	Currywurst (G) mit Curryketchupsoße und Pommes frites	Cevapcici mit Zatziki, Kartoffelkroketten und Gemüsemais
Alternative ohne Schwein	Hähnchenbrust mit Tomate und Mozzarella überbacken "Toskana", Geflügelsoße, Ebly (Hartweizen) und italienisches Gemüse	Lachsfilet in Blätterteig mit Buttersoße „Hollandaise“, Kräuterreis und Kaisergemüse	Hähnchenbrustfilet mit Linsen-Gemüse und Joghurdip mit Curcuma und Koriander	Gedünstetes Seelachsfilet mit Gemüsestreifen, Senfsoße, Petersilienkartoffeln und Zuckerschoten	Gebratenes Putenschnitzel mit Paprikarahmsoße und Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln
Menü für´s Gelände/ Outdoor	Schweinerückensteak mit Rahmsoße, Salzkartoffeln und Mischgemüse	Linseneintopf mit Wienerwürstchen (S) oder Geflügelwiener dazu Baguettebrötchen	Rindergulasch mit Zwiebeln und Knoblauch und Spiralnudeln	Chop Suey mit Putenbruststreifen, Reis und Blumenkohlröschen	
Vegetarisches Gericht	Vollkorn-Gemüse-Pasta mit Zitronen-Thymiansoße	Kartoffelgemüseauflauf	Zucchini-puffer mit Sauerrahmdip und Gedünstete Karotten	Gemüse-Lasagne mit Emmentaler-Käse überbacken	Frühlingsrolle mit Gemüse, Chilisoße, Vollkornreis mit Petersilie und Geschmorten Champignon
Nachspeise	Joghurt mit Trauben oder Karamellpudding	Mousse au Stracciatella oder Bienenstich oder Vanillepudding	Schwarzwälder-Kirschjoghurt oder Fruchtjoghurt	Bayerischcreme Himbeer oder Amerikaner oder Götterspeise	Rote Grütze mit Vanillesoße oder Schokoladenpudding
Fitnessvorschlag (ca. 700 kcal)	Blumenkohlcremesuppe mit Petersilie Vollkorn-Gemüse-Pasta mit Zitronen-Thymiansoße Joghurt mit Trauben	Rote Beete Salat mit Apfel Rinderroulade mit Lauch und Tafelmeerrettich im Gemüsesud, Petersilienkartoffeln und Rosenkohl Obst	Maiscremesuppe mit Kokosmilch Hähnchenbrustfilet mit Linsen-Gemüse und Joghurdip mit Curcuma und Koriander Schwarzwälder- Kirschjoghurt	Lauch-Paprika-Suppe Gedünstetes Seelachsfilet mit Gemüsestreifen, Senfsoße, Petersilienkartoffeln und Zuckerschoten Obst	Blattsalat mit Aprikosen- Dressing und Sonnenblumenkerne Frühlingsrolle mit Gemüse, Chilisoße, Vollkornreis mit Petersilie und Geschmorten Champignons Obst

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