



## Menüvorschlag vom 21.10.2019 bis 25.10.2019

Das Team der Truppenküche wünscht Ihnen einen guten Appetit!

Örtliche Änderungen möglich. Bitte Aushänge beachten!

	21.10.2019 Montag	22.10.2019 Dienstag	23.10.2019 Mittwoch	24.10.2019 Donnerstag	25.10.2019 Freitag
<b>Vorspeise oder Vorsuppe</b>	Schweizer Wurstsalat (S) mit Emmentaler oder Brokkoli-Kartoffel-Suppe mit gerösteten Mandeln	Hackfleischbällchen (S) mit Chilidip oder Flädlesuppe	Feldsalat mit marinierten roten Linsen oder Lauchcremesuppe	Eisbergsalat mit Karottenstreifen und Saure-Sahne-Dressing oder Brätpatzlesuppe (S)	Roter Heringssalat mit Stangenweißbrot oder Curry-Kokos-Suppe mit Ingwer
<b>Tagesgericht</b>	Gyros (S) mit Zatziki, und Paprikareis	Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Reis und Paprikagemüse	Cordon Bleu (S) mit Bratensoße, würzigen Kartoffelwedges und würzigem Mischgemüse	Knoblauchsteak mit gedünsteten Zwiebeln, Pommes frites und Erbsen-Karotten oder Prinzessbohnen	Wirsingroulade (S) mit Soße und Salzkartoffeln
<b>Alternative ohne Schwein</b>	Lasagne „al forno“ mit Rindfleisch	Gekochtes Rindfleisch, mit Meerrettichsoße, Bouillonkartoffeln und Rahmwirsing	Hähnchenbrustfilet mit Tomate und Mozzarella überbacken, Bandnudeln und Zucchini-Tomatengemüse	Seelachsfilet mit Tomaten, Zwiebeln, Schnittlauchdip und Dillkartoffeln	Milchreis mit Kirschen, Zimt und Zucker
<b>Menü für´s Gelände/ Outdoor</b>	Schweinegulasch mit Sauerkraut und Sauerrahm "Szegediner Art" und Salzkartoffeln	Hühnersuppentopf mit Hörnchennudeln und Baguettebrötchen	Chili con carne (R) dazu Baguettebrötchen	Erbseneintopf mit Geflügelwiener dazu Baguettebrötchen	
<b>Vegetarisches Gericht</b>	Gebratenes Soja – Steakly, Arrabiatasoße, mit Erbsen oder Sommergemüse	Tortelloni mit Frischkäse und Spinat dazu grüne Bohnen mit Tomaten	Gemüsepfanne „Italienische Art“ mit Joghurdip und Rosmarinkartoffeln	Blumenkohl-Curry mit Ananas -Mango - Chutney und Vollkornreis	Asiatische Wokpfanne mit Chinakohl, Ingwer und Honig dazu Vollkornreis
<b>Nachspeise</b>	Bayerisch Creme mit Aprikose oder Schokoladenpudding	Mousse au Vanille oder Schokomuffin oder Quark mit Früchten	Quark-Creme mit Obst oder Karamellpudding	Mousse au Cappuccino oder Apfelstrudel mit Vanillesoße oder Buttermilchdessert	Joghurtquark mit Pflaumen oder Vanillepudding
<b>Fitnessvorschlag (ca. 700 kcal)</b>	Brokkoli-Kartoffel-Suppe mit gerösteten Mandeln Gyros (S) mit Zatziki und Paprikareis Obst	Flädlesuppe Tortelloni mit Frischkäse und Spinat dazu grüne Bohnen mit Tomaten Obst	Feldsalat mit marinierten roten Linsen Gemüsepfanne „Italienische Art“ mit Joghurdip und Rosmarinkartoffeln Quark-Creme mit Obst	Eisbergsalat mit Karottenstreifen und Saure-Sahne-Dressing Seelachsfilet mit Tomaten, Zwiebeln, Schnittlauchdip und Dillkartoffeln Obst	Curry-Kokos-Suppe mit Ingwer Asiatische Wokpfanne mit Chinakohl, Ingwer und Honig dazu Vollkornreis Joghurtquark mit Pflaumen

**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