



www.z-catering.de (DE-ÖKO-070)

Woche 04.02.-08.02.19 (Anderungen vorbehalten)

Wir bieten jeden Tag ein weiteres Drittmenü an.

Menü I - 4,70 €, Menü II - 5,00 €, Salat 1,50 €/100g

Montag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Parmesanrisotto (8,12,26) mit frischem Kürbis - Rattatouillegemüse (26) (Zucchini, Bio-Kürbis, Paprika, rote Zwiebeln, Strauchtomaten, Auberginen, Thymian, Rosmarin) dazu geröstete Kürbiskerne und Rucola	kcal 572 F 20,00	E 16,80 KH 80,50
	Menü II	Fränkische Mini Rostbratwürste (8,12) auf einer Bratensauce (1,2,21) mit Spreewälder Sauerkraut und dazu Zwiebel - Kartoffelstampf (1,2,12) (mit Bio-Milch)	kcal 931 F 61,50	E 38,60 KH 54,00
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Dienstag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I Vegan	Bio - Rigatoni (1,2) mit einer Pastasauce (1,2,21,26) (mit Tomatenwürfel, Champignons, Oliven, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und dazu frittierte Kapern, Rucola	kcal 606 F 20,20	E 18,10 KH 84,40
	Menü II	Rinderschmorbraten (21,26) auf eigener Sauce (1,2,21) (mit Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit Preiselbeerotkohl (mit Bio-Zwiebeln) und dazu Petersilienkartoffeln	kcal 699 F 20,20	E 52,30 KH 71,30
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Mittwoch	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Frische Eierspätzle (1,2,6,8,12) aus der Pfanne mit frischen Kräuterchampignons und Rosenkohlgemüse und dazu eine Pfeffersauce (1,2,12,21,22,26) (mit Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie, Bio-Gouda)	kcal 750 F 32,30	E 30,20 KH 82,90
	Menü II	Cordon bleu (1,2,8,12) vom Schwein (mit Bio-Gouda) auf einer Käsesauce (1,2,12,21,22) (mit Bio-Gouda, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit bunten Gemüse (Romanesco, Erbsen, Bio-Paprika, Möhren, Bohnen, Champignons, Mais), Bio-Reis	kcal 737 F 23,50	E 40,40 KH 91,20
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Donnerstag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Zucchini-Auberginenauf (8,12,26) mit Hirtenkäse überbacken auf einem Tomaten - Kräuterragout (1,2,21,26) (mit Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie) und dazu Rosmarinkartoffeln und dazu Kräutercremolotta (mit Bio Zitronen)	kcal 532 F 29,60	E 18,10 KH 47,10
	Menü II	Hamburger Senfbraten (12,22) vom Schwein auf einer Senfcremesauce (1,2,11,12,21,22) (mit Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit Speckbohnen (mit Bio-Zwiebeln) und dazu Kartoffelklöße	kcal 882 F 47,00	E 61,30 KH 51,30
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Freitag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Gebrautes Sellerieschnitzel (1,2,8,21) (Bio-Sellerie) auf einer Frischkäsesauce (1,2,12,21,22) (mit Bio Zwiebeln, Bio- Sellerie, Bio-Gouda) dazu Karottengemüse (23) mit Sesam und Bio-Reis	kcal 613 F 17,90	E 20,60 KH 90,60
	Menü II	Gebrautes Rotbarschfilet (1,2,9) auf einer Zitronen - Buttersauce (1,2,12,21,22) (mit Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Zitrone) mit Spitzkohlgemüse (12) und dazu Salzkartoffeln	kcal 623 F 26,60	E 33,60 KH 58,30
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		

E=Eiweiß, F=Fett, KH=Kohlenhydrate - **Wir verwenden keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe!!**

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch

13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder

Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)