

Speiseplan

Vom 18.09.23 - 22.09.23

...gesund und
lecker...

Den Speiseplan bitte mit Namen, Telefonnummer und Adresse beschriften, vielen Dank. Dankeschön!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

KW 38

BITTE BIS spätestens MITTWOCH 13.30 Uhr AUSGEFÜLLT ZURÜCK GEBEN !!!

Auf Grund dessen, dass ich alles Allein zubereiten und auch mit ausfahren muss, kürze ich den Speiseplan etwas. Es ist sonst nicht zu schaffen, hoffe auf Ihr Verständnis !

Montag :	gelbes Erbspürree mit Sauerkraut und Wurst	6,00 €
	2 saure Eier in Senfsoße, Kartoffeln, Rohkost	6,60 €
Dienstag :	gefüllte Hackroulade, Schmorbohnen, Kartoffeln	6,70 €
	königsberger Klopse, Kart. Rote Beete	6,70 €
Mittwoch :	Jägerschnitzel, Tom Soß, Nudeln	6,60 €
	Eier-Blumenkohl-Ragout, Kartoffeln	6,60 €
Donnerstag :	gefüllter Schweinerücken , zart, mager, Buttererbsen oder Möhrchen, Kart.	6,80 €
	Schnitzel, Kartoffeln, Buttererbsen oder Möhrchen	6,80 €
Freitag :	Kartoffelbrei, Rührei, Gurkensalat	6,60 €
	Kartoffelbrei, Fischstäbchen, Kräutersoße, Gurkensalat	6,70 €

=====
täglich frischer saurer Hering , Kartoffeln 5,70 €

täglich frischer Quark, Zwiebeln , Leinoel , Kartoffeln 5,20 €

SOLLTEN Sie auf Zusatzstoffe oder Allergene reagieren, fragen Sie mich bitte im Vorfeld, damit wir Ihre Speisen auf Sie persönlich zugestellt kochen und servieren können. Einzusehen Liste im Laden. Durch mein Studium zur Ernährungsfachfrau, Ernährungsberaterin kann ich Ihnen jederzeit gern behilflich sein. Telefon : 03561 552490 oder 01733697033 / 03172 Guben , Kupferhammer Straße 7 (ehemals Zoobrose)

Heidi's Gesunde Kost