

## RS plus Altenkirchen Monat März 2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
02.03.-06.03.2020 KW 10	<b>Menü</b>	Linsensuppe mit Wurst <S>, dazu ein Mehrkornbrötchen	Fit Pizza Margherita mit Eisbergsalat mit Joghurdressing	Nudeln mit Käsesoße Carbonara Art <G>, dazu Eisbergsalat und French-Dressing	Fischfrikadelle mit Kartoffelpüree und Rahmspinat , dazu Gurkensalat	
	<b>Dessert</b>	Frischobst		Fruchtjoghurt Kirsch		
09.03.-13.03.2020 KW 11	<b>Menü</b>	Kaiserschmarrn mit Apfelmus	Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren <R> mit Langkornreis, dazu Eisbergsalat und Joghurt Kräuter Dressing	Rührei <V> mit Kartoffelpüree und Rahmspinat	Nudelauf mit Thunfisch-Tomaten-Soße <F>, dazu Eisbergsalat mit French-Dressing	
	<b>Dessert</b>	Frischobst		Erdbeerjoghurt		
16.03.-20.03.2020 KW 12	<b>Menü</b>	Chinanudeln mit asiatischen Gemüse und Currysoße <V>	Gefüllte Raviolini Formaggio mit Spitzkohl in Soße Carbonara <V>	Tortellini Verdi Formaggio mit Trauben, Äpfeln und Speck <S>	Cappellini Tomate Basilikum mit Brokkoli und Alaska-Seelachs-Nuggets in Zitronensoße <F>	
	<b>Dessert</b>	Frischobst		Joghurt Kirsche		
23.03.-27.03.2020 KW 13	<b>Menü</b>	Gemüsenuggets <V>, Stampfkartoffeln, Helle Cremesoße	Fusilli-Nudeln, Tomatensoße "Italia" <V>, Eisbergsalat, Mais, Joghurt Kräuter Dressing	Alaska-Seelachsschnitte in Zitronen-Kräuterrahmsoße <F>, Salzkartoffeln, Gurke, Joghurt Kräuter Dressing	Geflügel-Currywurst in milder Tomatensoße <G>, Wellenschnittpommes, Eisbergsalat, Kidney Bohnen, American Dressing	
	<b>Dessert</b>	Stückobst: Kiwi		Schokoladenpudding		
30.03.-03.04.2020 KW 14	<b>Menü</b>	Erbsensuppe vegetarisch <V>, Kaiserbrötchen	Schlemmerfilet à la francaise vom Alaska-Seelachs <F>, Salzkartoffeln, Kohlrabigemüse in Soße	Hähnchenfleisch in heller Soße <G>, Penne-Nudeln, Brokkoli "naturell"	Ravioli Carne mit Rindfleischfüllung, Tomatensoße "Italia" <V>, gemischter Blattsalat, Sylter Dressing	
	<b>Dessert</b>	Birne		Buttermilchdessert Heidelbeere		



Speiseplan ohne Gewähr. Wir weisen daraufhin, dass die Inhaltsstoffe (Allergene und Zusatzstoffe) der Speisen endgültig am Ort der Speisenausgabe gekennzeichnet sind.