

**AWO AJS gGmbH**  
 RV Ilmenau  
 TEL: 03677 / 60 81 10  
 FAX: 03677 / 60 81 12  
 mail: servicezentrum.ilmenau@awo-thueringen.de

# Essen auf Rädern

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

Tag	Menü 1	Menü 2	Dessert
<b>Sonntag, 01.08.2021</b>	Rinderbraten mit Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> Speckbohnen <sup>2,La,M</sup> Thüringer Klöße <sup>3,5,G1,G,Sd</sup>	Gedünstetes Hähnchenbrustfilet <sup>G1,G</sup> mit gebundenes Schwarzwurzelgemüse <sup>1,G1,G,Sb</sup> Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup>	Vanille-Kirscheis <sup>1,La,M</sup>
	532 kcal, 26 g Eiweiß, 25 g Fett, 36 g KH	372 kcal, 25 g Eiweiß, 5 g Fett, 55 g KH	72 kcal, 1 g Eiweiß, 3 g Fett, 10 g KH
<small>Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) geschwefelt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmitteln; (9a) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (9b) mit Süßungsmittel; (94) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel. Allergene: (20) unter Verwendung von Alkohol; (G1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (G5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G2) Roggen und Roggenerzeugnisse; (G3) Gerste und Gersteerzeugnisse; (La) Laktose; (G) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Ei) Eier und -erzeugnisse; (Fi) Fisch und -erzeugnisse; (Sb) Soja und -erzeugnisse; (M) Milch und -erzeugnisse einschl. Laktose; (Sf) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (Sf2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (S) Sellerie und -erzeugnisse; (Sn) Senf und -erzeugnisse; (Sd) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10/mg/l, als SO2 angegeben</small>			

**Menü 1: 6,50€**  
**Menü 2: 6,50€**  
**Dessert: 0,50€**

Name : ..... Unterschrift: .....

An- und Abmeldungen werden bis 16.00 Uhr des jeweiligen Vortags angenommen.  
 Spätere Änderungen können leider nicht berücksichtigt werden!

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!!**

Änderungen vorbehalten.

# Essen auf Rädern

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

Tag	Menü 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag, 02.08.2021</b>	Königsberger Klopse <sup>Ei</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup> Rote Betsalat <sup>3,5,Sd</sup>	Germknödel mit Pflaumen gefüllt <sup>G1,La,G,Ei,M</sup> Vanillesoße <sup>La,M</sup>	Apfelmus <sup>3</sup>
	432 kcal, 17 g Eiweiß, 21 g Fett, 44 g KH	958 kcal, 28 g Eiweiß, 9 g Fett, 184 g KH	68 kcal, 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 14 g KH
<b>Dienstag, 03.08.2021</b>	Gulasch "Szegediner Art" <sup>20,S,Sd</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Möhren <sup>1,3,G1,La,G,Sb,M,Sn</sup> dazu Reis	Sahnejoghurt <sup>La,M</sup>
	332 kcal, 17 g Eiweiß, 14 g Fett, 33 g KH	359 kcal, 16 g Eiweiß, 9 g Fett, 52 g KH	1320 kcal, 43 g Eiweiß, 100 g Fett, 60 g KH
<b>Mittwoch, 04.08.2021</b>	Grüner Bohneneintopf mit Rindfleisch <sup>1,2,3,5,G1,G,Sd</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Frühlingsgemüseintopf Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Schokoladenpudding <sup>La,M</sup> Dessertsoße mit Vanillegeschmack <sup>La,M</sup>
	294 kcal, 12 g Eiweiß, 7 g Fett, 42 g KH	356 kcal, 17 g Eiweiß, 8 g Fett, 51 g KH	129 kcal, 4 g Eiweiß, 2 g Fett, 23 g KH
<b>Donnerstag, 05.08.2021</b>	Hähnchenschenkel <sup>20,Sd</sup> mit Mischgemüse mit Butter <sup>La,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Gabelspaghetti <sup>G1,G,Ei</sup> Bolognese <sup>7,S</sup> geriebener Hartkäse <sup>2,La,Ei,M</sup> Blumenkohlsalat <sup>3,5,Sd</sup>	Birne
	510 kcal, 26 g Eiweiß, 26 g Fett, 40 g KH	492 kcal, 25 g Eiweiß, 15 g Fett, 62 g KH	28 kcal, 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 8 g KH
<b>Freitag, 06.08.2021</b>	Putensteak mit Rahmchampignon <sup>La,M</sup> und Spätzle <sup>G1,G,Ei</sup> Möhren - Selleriesalat <sup>S</sup>	Matjesfilet "Hausfrauen Art" <sup>20,1,2,4,9b,La,Ei,Fi,M,Sn</sup> dazu Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Erdbeerpudding <sup>1,La,M</sup>
	627 kcal, 34 g Eiweiß, 23 g Fett, 69 g KH	697 kcal, 19 g Eiweiß, 48 g Fett, 47 g KH	105 kcal, 3 g Eiweiß, 2 g Fett, 19 g KH
<b>Samstag, 07.08.2021</b>	Wiringsuppe mit Kasseler <sup>2,3,5,G1,La,G,M,Sd</sup> Brot	Möhreneintopf mit Schweinefleisch <sup>2,5,S,Sd</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Kirsch-Quarkdessert <sup>La,M</sup>
	262 kcal, 15 g Eiweiß, 11 g Fett, 23 g KH	304 kcal, 11 g Eiweiß, 7 g Fett, 46 g KH	188 kcal, 9 g Eiweiß, 6 g Fett, 23 g KH
<b>Sonntag, 08.08.2021</b>	Rinderroulade Thüringer Art <sup>2,3,94,G1,G3,La,G,Sb,M,S,Sn</sup> Apfelrotkohl <sup>3,5,Sd</sup> Thüringer Klöße <sup>3,5,G1,G,Sd</sup>	Schweinekrustenbraten mit Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> Buttererbsen <sup>La,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Exotischer Obstsalat
	512 kcal, 34 g Eiweiß, 21 g Fett, 44 g KH	582 kcal, 28 g Eiweiß, 23 g Fett, 51 g KH	63 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 13 g KH

Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) geschwefelt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmitteln; (9a) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (9b) mit Süßungsmittel; (94) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel Allergene: (20) unter Verwendung von Alkohol; (G1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (G5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G2) Roggen und Roggenerzeugnisse; (G3) Gerste und Gersteerzeugnisse; (La) Laktose; (G) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Ei) Eier und -erzeugnisse; (F) Fisch und -erzeugnisse; (Sb) Soja und -erzeugnisse; (M) Milch und -erzeugnisse einschl. Laktose; (Sf) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (Sf2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (S) Sellerie und -erzeugnisse; (Sn) Senf und -erzeugnisse; (Sd) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben

**Menü 1: 6,50€**  
**Menü 2: 6,50€**  
**Dessert: 0,50€**

Name : ..... Unterschrift: .....

An- und Abmeldungen werden bis 16.00 Uhr des jeweiligen Vortags angenommen.  
 Spätere Änderungen können leider nicht berücksichtigt werden!

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!!**

Änderungen vorbehalten.

# Essen auf Rädern

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

Tag	Menü 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag, 09.08.2021</b>	Orig. Thüringer Rostbratwurst <sup>3,4,8,9a</sup> braune Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> und Sauerkraut mit Speck und Kümmel Petersilienkartoffel <sup>2,5,La,M,Sd</sup>	Grießbrei <sup>G1,La,G,M</sup> Zucker und Zimt Apfelmus <sup>3</sup>	Apfelmus <sup>3</sup>
	616 kcal, 22 g Eiweiß, 38 g Fett, 42 g KH	684 kcal, 24 g Eiweiß, 4 g Fett, 134 g KH	45 kcal, 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 10 g KH
<b>Dienstag, 10.08.2021</b>	Porreegemüse mit Fleischeinlage <sup>1,G1,La,G,M</sup> Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup>	Zarter Schweinerahmgulasch mit <sup>La,M,S</sup> Spirelli <sup>G1,G</sup> Bohnensalat <sup>5,Sd</sup>	Fruchtcocktail
	456 kcal, 18 g Eiweiß, 26 g Fett, 35 g KH	553 kcal, 31 g Eiweiß, 11 g Fett, 78 g KH	67 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH
<b>Mittwoch, 11.08.2021</b>	Deftiger Linseneintopf "Ilmenau" <sup>2,3,5,S,Sd</sup> Blutwurst <sup>2</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Tomatensuppe <sup>G1,La,G,M</sup> Muschelnudeln <sup>G1,G,Ei</sup> Fleischklößchen <sup>Ei</sup> 1/2 Brötchen	Pfirsich-Maracujajoghurt <sup>La,M</sup>
	564 kcal, 26 g Eiweiß, 22 g Fett, 60 g KH	337 kcal, 9 g Eiweiß, 10 g Fett, 51 g KH	82 kcal, 3 g Eiweiß, 0 g Fett, 17 g KH
<b>Donnerstag, 12.08.2021</b>	Geflügelleber nach "Berliner Art" <sup>3</sup> mit Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup>	Kräuterquark <sup>La,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup> Gurkensalat mit Dill <sup>3,5,Sd</sup>	Kiwi
	331 kcal, 24 g Eiweiß, 8 g Fett, 40 g KH	411 kcal, 28 g Eiweiß, 12 g Fett, 47 g KH	31 kcal, 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 5 g KH
<b>Freitag, 13.08.2021</b>	Schollenfilet paniert <sup>G1,G,Fi</sup> dazu Kartoffelsalat "Thüringer Art" <sup>2,Sn</sup> Zitronen <sup>7</sup>	Spinat mit Rahm <sup>1,G1,La,G,M</sup> Rührei <sup>La,Ei,M,S</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Götterspeise "Tropic" Dessertsoße mit Vanillegeschmack <sup>La,M</sup>
	564 kcal, 23 g Eiweiß, 26 g Fett, 55 g KH	355 kcal, 15 g Eiweiß, 16 g Fett, 38 g KH	88 kcal, 2 g Eiweiß, 0 g Fett, 19 g KH
<b>Samstag, 14.08.2021</b>	Suhler Waldschratsuppe <sup>La,M,S</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Grüppchensuppe <sup>2,3,5,G3,G,S,Sd</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Sahnepudding <sup>La,M</sup>
	525 kcal, 20 g Eiweiß, 29 g Fett, 51 g KH	336 kcal, 17 g Eiweiß, 5 g Fett, 55 g KH	103 kcal, 3 g Eiweiß, 2 g Fett, 19 g KH
<b>Sonntag, 15.08.2021</b>	Kaßlerbraten mit Soße <sup>2,3,G1,G3,G,Sb,S</sup> Sauerkraut Kartoffel-Serviettenknödel <sup>Sd</sup>	Putenrollbraten <sup>20,3,La,M,Sd</sup> mit Möhrengemüse <sup>La,M</sup> dazu Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Vanille-Schokoeis <sup>1,La,M</sup>
	3802 kcal, 49 g Eiweiß, 51 g Fett, 772 g KH	538 kcal, 17 g Eiweiß, 30 g Fett, 48 g KH	74 kcal, 1 g Eiweiß, 3 g Fett, 10 g KH

Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) geschwefelt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmitteln; (9a) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (9b) mit Süßungsmitteln; (9c) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln. Allergene: (20) unter Verwendung von Alkohol; (G1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (G5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G2) Roggen und Roggenerzeugnisse; (G3) Gerste und Gersteerzeugnisse; (La) Laktose; (G) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Ei) Eier und -erzeugnisse; (F) Fisch und -erzeugnisse; (Sb) Soja und -erzeugnisse; (M) Milch und -erzeugnisse einschl. Laktose; (Sf) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (Sf2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (S) Sellerie und -erzeugnisse; (Sn) Senf und -erzeugnisse; (Sd) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben

**Menü 1: 6,50€**  
**Menü 2: 6,50€**  
**Dessert: 0,50€**

Name : ..... Unterschrift: .....

An- und Abmeldungen werden bis 16.00 Uhr des jeweiligen Vortags angenommen.  
 Spätere Änderungen können leider nicht berücksichtigt werden!

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!!**

Änderungen vorbehalten.

# Essen auf Rädern

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

Tag	Menü 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag, 16.08.2021</b>	Wirsingroulade <sup>G1,G,Sn</sup> braune Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> und Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Hefeklöße <sup>G1,La,G,Ei,M</sup> Fruchtsoße <sup>La,M</sup>	Süßer Quark mit Himbeergeschmack <sup>La,M</sup>
	526 kcal, 17 g Eiweiß, 27 g Fett, 49 g KH	355 kcal, 10 g Eiweiß, 3 g Fett, 73 g KH	83 kcal, 10 g Eiweiß, 0 g Fett, 10 g KH
<b>Dienstag, 17.08.2021</b>	Sülze mit Gewürzgurke und Zwiebeln <sup>20,1,2,3,4,5,8,9b,S,Sn,Sd</sup> Remouladensoße <sup>1,2,3,9b,G1,G,Ei,Sn</sup> Bratkartoffeln	Wurstgulasch mit Sauerrahm <sup>2,3,8,G1,G3,La,G,Sb,M,S,Sn</sup> Gabelspaghetti <sup>G1,G,Ei</sup>	Banane
	869 kcal, 15 g Eiweiß, 73 g Fett, 35 g KH	551 kcal, 19 g Eiweiß, 26 g Fett, 58 g KH	95 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 23 g KH
<b>Mittwoch, 18.08.2021</b>	Weißer Bohneneintopf <sup>2,3,5,Sd</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch <sup>3,G1,G,Ei,S</sup> Mischbrot <sup>G1,G2,G</sup>	Mango-Joghurt mit Pfirsich <sup>1,3,9,La,M</sup>
	408 kcal, 23 g Eiweiß, 9 g Fett, 53 g KH	290 kcal, 16 g Eiweiß, 4 g Fett, 45 g KH	93 kcal, 3 g Eiweiß, 3 g Fett, 13 g KH
<b>Donnerstag, 19.08.2021</b>	Weißkrautpfanne mit Hackfleisch <sup>G1,G3,G,Sb,S</sup> braune Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> und Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Putengeschnetzeltes <sup>3,G1,La,G,M</sup> mit Frühjahrgemüse mit Butter <sup>La,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Mandarinen-Orangen-Kompott
	559 kcal, 30 g Eiweiß, 25 g Fett, 48 g KH	399 kcal, 26 g Eiweiß, 12 g Fett, 44 g KH	71 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 16 g KH
<b>Freitag, 20.08.2021</b>	Tiegelwurst <sup>2</sup> Sauerkraut mit Speck und Kümmel Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Fischstäbchen <sup>G1,G,Fi</sup> Kräutersoße <sup>1,7,G1,La,G,Sb,M</sup> und Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup> Blumenkohlsalat <sup>3,5,Sd</sup>	Rote Grütze mit Himbeergeschmack Dessertsoße mit Vanillegeschmack <sup>La,M</sup>
	748 kcal, 37 g Eiweiß, 49 g Fett, 38 g KH	419 kcal, 19 g Eiweiß, 17 g Fett, 46 g KH	96 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 22 g KH
<b>Samstag, 21.08.2021</b>	Deftiger Erbseneintopf mit Rauchfleisch <sup>2,3,5,Sd</sup> Roggenmischbrot <sup>G1,G2,G3,G</sup>	Gartengemüseintopf <sup>2,5,Sd</sup> Roggenmischbrot <sup>G1,G2,G3,G</sup>	Cappuccinopudding <sup>La,M</sup>
	404 kcal, 20 g Eiweiß, 8 g Fett, 59 g KH	277 kcal, 16 g Eiweiß, 7 g Fett, 34 g KH	91 kcal, 3 g Eiweiß, 1 g Fett, 17 g KH
<b>Sonntag, 22.08.2021</b>	Gekochtes Rindfleisch <sup>S</sup> Meerrettichsoße <sup>3,5,G1,La,G,M,S,Sd</sup> und Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup> Rote Betesalat <sup>3,5,Sd</sup>	Züricher Kalbsgeschnetzeltes <sup>20,La,M,S,Sd</sup> dazu Leipziger Allerlei <sup>La,M</sup> Thüringer Klöße <sup>3,5,G1,G,Sd</sup>	gewürfelte Pfirsiche-Kompott
	513 kcal, 20 g Eiweiß, 24 g Fett, 53 g KH	406 kcal, 24 g Eiweiß, 20 g Fett, 29 g KH	32 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 6 g KH

Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) geschwefelt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmitteln; (9a) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (9b) mit Süßungsmitteln; (94) mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln. Allergene: (20) unter Verwendung von Alkohol; (G1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (G5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G2) Roggen und Roggenerzeugnisse; (G3) Gerste und Gersteerzeugnisse; (La) Laktose; (G) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Ei) Eier und -erzeugnisse; (Fi) Fisch und -erzeugnisse; (Sb) Soja und -erzeugnisse; (M) Milch und -erzeugnisse einschl. Laktose; (Sf) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (Sf2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (S) Sellerie und -erzeugnisse; (Sn) Senf und -erzeugnisse; (Sd) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben

**Menü 1: 6,50€**  
**Menü 2: 6,50€**  
**Dessert: 0,50€**

Name : ..... Unterschrift: .....

An- und Abmeldungen werden bis 16.00 Uhr des jeweiligen Vortags angenommen.  
 Spätere Änderungen können leider nicht berücksichtigt werden!

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!!**

Änderungen vorbehalten.

# Essen auf Rädern

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

Tag	Menü 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag, 23.08.2021</b>	Paprikaschote vegetarisch <sup>2,G1,G5,La,G,M</sup> Paprikarahmsoße <sup>1,G1,La,G,Sb,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Quarkkeulchen <sup>G1,La,G,Ei,M</sup> Dessertsoße mit Vanillegeschmack <sup>La,M</sup>	Apfelmus <sup>3</sup>
	734 kcal, 16 g Eiweiß, 40 g Fett, 74 g KH	450 kcal, 15 g Eiweiß, 12 g Fett, 69 g KH	68 kcal, 0 g Eiweiß, 0 g Fett, 14 g KH
<b>Dienstag, 24.08.2021</b>	Bayr. Leberkäse <sup>2,3</sup> mit braune Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> und Speckkartoffelsalat <sup>2,Sn</sup> Gurkensalat mit Dill und Schmand <sup>1,La,Ei,M,Sn</sup>	Eierragout <sup>G1,La,G,Ei,M,Sn</sup> Salzkartoffeln	Joghurt mit Himbeergeschmack <sup>La,M</sup>
	871 kcal, 26 g Eiweiß, 62 g Fett, 44 g KH	352 kcal, 11 g Eiweiß, 14 g Fett, 42 g KH	89 kcal, 3 g Eiweiß, 3 g Fett, 11 g KH
<b>Mittwoch, 25.08.2021</b>	Gulaschsuppe vom Rind <sup>2,5,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> Saure Sahne <sup>La,M</sup> Roggenmischbrot <sup>G1,G2,G3,G</sup>	Kohlrübeneintopf mit Schweinefleisch und Kartoffeln, <sup>2,5,Sd</sup> Roggenmischbrot <sup>G1,G2,G3,G</sup>	Schoko-Sahnequark <sup>La,Sb,M,Sf,Sf2</sup>
	412 kcal, 22 g Eiweiß, 15 g Fett, 44 g KH	265 kcal, 14 g Eiweiß, 6 g Fett, 35 g KH	179 kcal, 5 g Eiweiß, 13 g Fett, 11 g KH
<b>Donnerstag, 26.08.2021</b>	Thüringer Rostbrätel <sup>20,G3,G,Sn</sup> Zwiebelsoße <sup>20,G1,La,G,M,S,Sd</sup> Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup>	Kohlrabigemüse mit Fleischelinge <sup>1,G1,La,G,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Bananen
	375 kcal, 18 g Eiweiß, 18 g Fett, 32 g KH	371 kcal, 16 g Eiweiß, 16 g Fett, 41 g KH	135 kcal, 2 g Eiweiß, 0 g Fett, 30 g KH
<b>Freitag, 27.08.2021</b>	Jägerschnitte paniert <sup>2,3,8,G1,La,G,Ei,M,Sn</sup> Tomatensoße <sup>G1,La,G,M,S</sup> Spirelli <sup>G1,G</sup>	Alaska-Seelachs Zitronensoße <sup>G1,La,G,Fi,M,S</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup> Möhren - Selleriesalat <sup>S</sup>	Fruchtcocktail
	1093 kcal, 34 g Eiweiß, 35 g Fett, 152 g KH	955 kcal, 103 g Eiweiß, 25 g Fett, 76 g KH	67 kcal, 1 g Eiweiß, 0 g Fett, 15 g KH
<b>Samstag, 28.08.2021</b>	Grüne Bohnensuppe mit Kaßler <sup>2,3,5,Sd</sup> Roggenmischbrot <sup>G1,G2,G3,G</sup>	Kartoffelcremesuppe mit Wiener Würstchen <sup>2,3,5,8,S,Sn,Sd</sup> Roggenmischbrot <sup>G1,G2,G3,G</sup>	Pudding mit Vanillegeschmack <sup>La,M</sup> Erdbeersauce
	241 kcal, 11 g Eiweiß, 5 g Fett, 34 g KH	369 kcal, 13 g Eiweiß, 12 g Fett, 50 g KH	3173 kcal, 6 g Eiweiß, 4 g Fett, 766 g KH
<b>Sonntag, 29.08.2021</b>	Topfbraten <sup>20,G1,G,Sd</sup> Thüringer Klöße <sup>2,3,5,Sd</sup> Eisbergsalat Vinaigrette	Kaninchenrollbraten <sup>20,2,3,La,M,S,Sd</sup> Kaisergemüse <sup>La,M</sup> Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup>	Vanille-Erdbeereis <sup>1,La,M</sup>
	849 kcal, 35 g Eiweiß, 43 g Fett, 74 g KH	523 kcal, 34 g Eiweiß, 26 g Fett, 37 g KH	74 kcal, 1 g Eiweiß, 3 g Fett, 10 g KH

Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) geschwefelt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmitteln; (9a) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (9b) mit Süßungsmittel; (94) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel Allergene: (20) unter Verwendung von Alkohol; (G1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (G5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G2) Roggen und Roggenerzeugnisse; (G3) Gerste und Gersteerzeugnisse; (La) Laktose; (G) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Ei) Eier und -erzeugnisse; (F) Fisch und -erzeugnisse; (Sb) Soja und -erzeugnisse; (M) Milch und -erzeugnisse einschl. Laktose; (Sf) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (Sf2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (S) Sellerie und -erzeugnisse; (Sn) Senf und -erzeugnisse; (Sd) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben

**Menü 1: 6,50€**  
**Menü 2: 6,50€**  
**Dessert: 0,50€**

Name : ..... Unterschrift: .....

An- und Abmeldungen werden bis 16.00 Uhr des jeweiligen Vortags angenommen.  
 Spätere Änderungen können leider nicht berücksichtigt werden!

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!!**

Änderungen vorbehalten.

**AWO AJS gGmbH**  
 RV Ilmenau  
 TEL: 03677 / 60 81 10  
 FAX: 03677 / 60 81 12  
 mail: servicezentrum.ilmenau@awo-thueringen.de

# Essen auf Rädern

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

bitte ankreuzen

Tag	Menü 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag, 30.08.2021</b>	Hackbällchen <sup>G1,La,G,Ei,Sn</sup> braune Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> und Leipziger Allerlei <sup>La,M</sup> Salzkartoffeln <sup>2,5,Sd</sup>	Milchreis <sup>La,M</sup> Kirschoße Zucker und Zimt	Apfelmus <sup>3</sup>
	316 kcal, 11 g Eiweiß, 8 g Fett, 45 g KH	505 kcal, 13 g Eiweiß, 10 g Fett, 90 g KH	720 kcal, 3 g Eiweiß, 0 g Fett, 163 g KH
<b>Dienstag, 31.08.2021</b>	Schweineschnitzel <sup>G1,G</sup> braune Soße <sup>20,G1,G3,G,Sb,S,Sd</sup> und Blumenkohl in Rahmsoße <sup>1,G1,La,G,Sb,M</sup> Petersilienkartoffel <sup>2,5,La,M,Sd</sup>	Möhrengemüse mit Fleischeinlage <sup>1,G1,La,G,M</sup> Kartoffelpüree <sup>3,La,M</sup>	Götterspeise "Waldmeister" <sup>1</sup> Vanillesoße <sup>La,M</sup>
	605 kcal, 25 g Eiweiß, 25 g Fett, 64 g KH	429 kcal, 16 g Eiweiß, 23 g Fett, 38 g KH	164 kcal, 4 g Eiweiß, 2 g Fett, 33 g KH

Zusatzstoffe: (1) mit Farbstoff; (2) mit Konservierungsstoff; (3) mit Antioxidationsmittel; (4) mit Geschmacksverstärker; (5) geschwefelt; (7) gewachst; (8) mit Phosphat; (9) mit Süßungsmitteln; (9a) mit Zuckerarten und Süßungsmitteln; (9b) mit Süßungsmittel; (94) mit einer Zuckerart und Süßungsmittel. Allergene: (20) unter Verwendung von Alkohol; (G1) Weizen und Weizenerzeugnisse; (G5) Dinkel und Dinkelerzeugnisse; (G2) Roggen und Roggenerzeugnisse; (G3) Gerste und Gersteerzeugnisse; (La) Laktose; (G) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse; (Ei) Eier und -erzeugnisse; (F) Fisch und -erzeugnisse; (Sb) Soja und -erzeugnisse; (M) Milch und -erzeugnisse einschl. Laktose; (Sf) Schalenfrüchte und -erzeugnisse; (Sf2) Haselnüsse und Haselnusserzeugnisse; (S) Sellerie und -erzeugnisse; (Sn) Senf und -erzeugnisse; (Sd) Schwefeldioxid und Sulfide in einer Konzentration von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l, als SO2 angegeben

**Menü 1: 6,50€**  
**Menü 2: 6,50€**  
**Dessert: 0,50€**

Name : ..... Unterschrift: .....

An- und Abmeldungen werden bis 16.00 Uhr des jeweiligen Vortags angenommen.  
 Spätere Änderungen können leider nicht berücksichtigt werden!

**Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!!**

Änderungen vorbehalten.