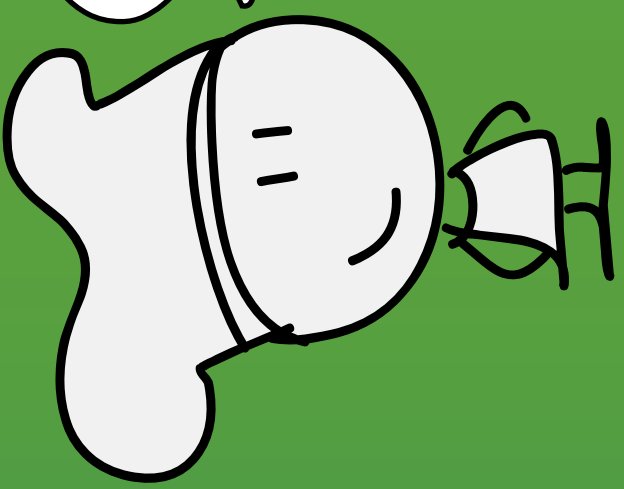


# MÄRZ 2024 SPEISEPLAN



**GUTEN  
APPETIT!**



## Informationen zu Zusatzstoffen

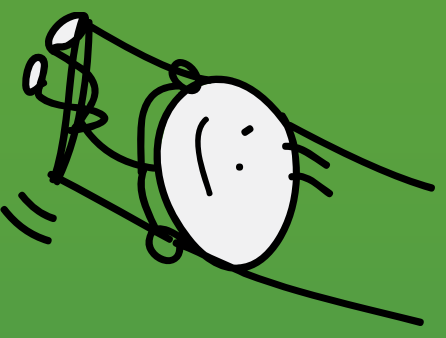
1. mit Farbstoff
  2. mit Konservierungsstoff
  3. mit Antioxidationsmittel
  4. mit Geschmacksverstärker
  5. mit Phosphat
  6. mit Süßungsmittel
  7. mit Stärke
  8. mit Emulgatoren
  9. mit Verdickungs-, Gelier- und Feuchthaltensmittel
- Kl: Knoblauch

## Informationen zu Allergenen

- A) **Gluten**, glutenhaltiges Getreide\*  
Aw Weizen  
Ar Roggen  
Ag Gerste  
Ah Hafer  
Ak Grünkern  
Ad Dinkel
- B) **Krebstiere\***

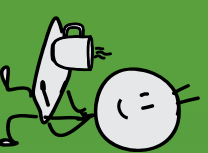
- C) **Eier\***  
D) **Fisch\***  
E) **Erdnüsse\***  
F) **Soja\***  
G) **Milch**, einschließlich Laktose\*  
H) **Schalenfrüchte\***  
Hm Mandeln  
Hn Haselnüsse  
Hw Walnüsse  
Hp Pistazien  
He Cashewkerne  
Ha Paranüsse  
He Pekannüsse  
Hi Macadamianüsse
- I) **Sellerie\***  
J) **Senf\***  
K) **Sesam\***  
L) **Lupinen\***  
M) **Weichtiere\***  
N) **Sulfite** (in einer Konzentration von 10 mg / kg bzw. 10 mg / l)

\* sowie daraus hergestellte Erzeugnisse



	vegetarische Speise		enthält <b>Schwein</b>
	enthält Geflügel		enthält <b>Fisch</b> , praktisch glutenfrei

	enthält <b>Rind</b>		enthält <b>Lamm</b>
	enthält <b>Wild</b>		



## Unser Sonderkostangebot

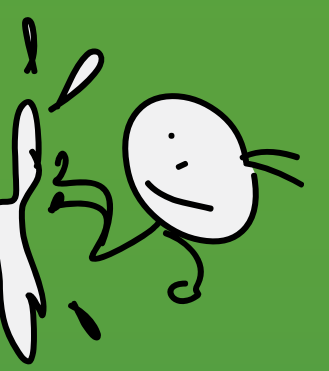
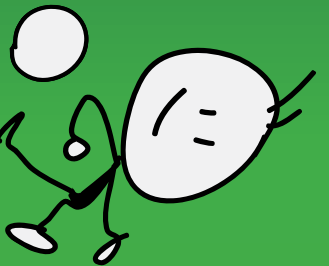
Aufgrund unserer langjährigen Erfahrung und ständigen Weiterbildung bereiten wir für unsere Kunden Sonderkost nach individuellem Bedarf und Notwendigkeit zu. Diese Sondermenüs bieten wir für alle Allergietypen, Unverträglichkeiten, Stoffwechselerkrankungen und für unsere Kunden aus anderen Kulturkreisen (z.B. kein Schwein, kein Rind usw.) an. Um die Allergiekost verträglich und sicher herzustellen zu können, benötigen wir ein ärztliches Attest.

Wir liefern unsere Sonderkost mit Einzellieferschein in Menüschalen mit namentlichem Etikett. Unsere Sonderkostabteilung erarbeitet nach Bedarf einen monatlichen oder wöchentlichen, speziell auf den Kunden zugeschnittenen Menüplan. Unsere Diätassistentinnen bereiten mit unserer Spezialkost ein täglich frisches und vor allem verträgliches Essen zu.

**SERVICETELEFON  
0341. 44 82 110**

**GFB CATERING ZWICKAU GmbH**  
Landgraben 4  
09337 Hohenstein-Ernstthal

zwickau@gfb-catering.com  
www.gfb-catering.com



Kundennummer

Name

Einrichtung

BESTELLSCHEIN MÄRZ 2024

Klasse

KW 09

11

12

13

Fr Mo Di Mi Do Fr

01 04 05 06 07 08

Mo Di Mi Do Fr

18 19 20 21 22

Mo Di Mi Do Fr

25 26 27 28 29

HOT-Menü

Power-Menü

Salat

Dauerbrennermenü

28.03. – 05.04.24 Ferien in Sachsen

Bestellung möglich unter:

ONLINE: [www.bestellung-gfb-zwickau.de](http://www.bestellung-gfb-zwickau.de), APP: GFB Zwickau, ABGABE: an der Ausgabe



HOT-MENÜ	POWER-MENÜ nach DGE*-Standard <small>*Deutsche Ges. für Ernährung e.V.</small>	SALAT	DAUERBRENNER-MENÜ
<b>FR 01.03.</b> Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Karotten, Sellerie und Rauchfleisch, dazu Landbrot und Dessert 2, 3, Aw, Ar, I, J	<b>Gekochte Eier</b> mit grüner Soße, dazu Kartoffelspalten und Dessert 3, 6, 8, Aw, C, G, I, J	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit gebackenen Kichererbsen, dazu Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Ravioli al pomodoro</b> in fruchtiger Tomaten-Kräutersoße Aw, F, I
<b>MO 04.03.</b> Kartoffel-Kürbissuppe mit Sellerie, Möhren und Wienerschneiben, dazu Landbrot und frisches Obst 2, 3, Aw, Ar, I, J	<b>Hörnchennudeln</b> mit Tomaten-Hirtenkäsesoße, dazu frisches Obst 7, Aw, C, G, I	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Kräutern, dazu Honig-Senf Dressing und Brötchen Aw, C, G, J	<b>Asia-Nudelpfanne</b> mit Chinagemüse (Bambussprossen, Lauch, Bohnensprossen, Karotten, Paprika) Aw, F, I
<b>DI 05.03.</b> Grießflammerle mit warmer Erbsensoße, dazu frisches Obst 1, Aw, G	<b>Hähnchenfilet natur</b> , Geflüßelsoße, Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotten, Broccoli) und Salzkartoffeln Aw, I	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Tomate und Mozzarella, dazu Basilikum-Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Asia-Nudelpfanne</b> mit Chinagemüse (Bambussprossen, Lauch, Bohnensprossen, Karotten, Paprika) Aw, F, I
<b>MI 06.03.</b> Schweinestreifen „Gyros -Art“ mit Zaziki, dazu Reis 3, 6, Aw, C, G	<b>Fischstäbchen</b> mit Zitronen-Buttersoße, dazu Kartoffelpüree und frischer Salat 2, 3, 7, 9, Aw, C, G, D, I	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Hirtenkäse, dazu mediterranes Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Asia-Nudelpfanne</b> mit Chinagemüse (Bambussprossen, Lauch, Bohnensprossen, Karotten, Paprika) Aw, F, I
<b>DO 07.03.</b> Spirelli mit Jagdwurst-Tomatensoße, dazu geriebener Käse 2, 3, 7, Aw, C, G, I, J	<b>zwei Quarkkeuchen</b> mit Apfelsmus 2, 3, 6, Aw, C, G	<b>Frischer Obstsalat</b> mit Ananas-Joghurt Dressing C, G	<b>Asia-Nudelpfanne</b> mit Chinagemüse (Bambussprossen, Lauch, Bohnensprossen, Karotten, Paprika) Aw, F, I
<b>FR 08.03.</b> Perigräpcheintopf mit Möhren, Kohlrabi, Erbsen, Blumenkohl, Kartoffelwürfeln und Rauchfleisch, dazu Landbrot und frischer Salat 2, 3, Aw, Ar, Ag, I	<b>Rührei</b> mit Spinat, dazu Salzkartoffeln Aw, C, G	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Käse und Ei, dazu Cocktail Dressing und Brötchen 3, 8, Aw, C, G	<b>Asia-Nudelpfanne</b> mit Chinagemüse (Bambussprossen, Lauch, Bohnensprossen, Karotten, Paprika) Aw, F, I
<b>MO 11.03.</b> Frühlingsgemüse in holländischer Soße, dazu Ebyl und frisches Obst 6, Aw, C, G	<b>Makkaroni</b> mit pikantem Wurstragout (Jagdwurstwürfel, Gewürzkrige), dazu geriebener Käse 2, 3, 7, Aw, C, G, I, J	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Kräutern, dazu Honig-Senf Dressing und Brötchen Aw, C, G, J	<b>Drei Pancakes</b> , dazu Apfelsmus 2, 3, 6, Aw, C, G
<b>DI 12.03.</b> Vegetarischer Reiseintopf mit Erbsen, Karotten, Blumenkohl, Broccoli, dazu Landbrot und frisches Obst Aw, Ar, I	<b>Frikadelle</b> mit Möhren-Kohlrabigemüse, dazu Kartoffelpüree 3, 8, 9, Aw, C, G, J	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Tomate und Mozzarella, dazu Basilikum-Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Drei Pancakes</b> , dazu Apfelsmus 2, 3, 6, Aw, C, G
<b>MI 13.03.</b> Spirelli mit Tomaten-Schinkensoße, dazu geriebener Käse 2, 3, 7, Aw, C, G	<b>Fischschnitte vom Seelachs</b> mit Dillrahmsöße, dazu Gemüsereis und frisches Obst Aw, C, D, G	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Hirtenkäse, dazu mediterranes Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Drei Pancakes</b> , dazu Apfelsmus 2, 3, 6, Aw, C, G
<b>DO 14.03.</b> Gulaschsuppentopf mit Roggenbrötchen, dazu frischer Salat Aw, Ar, Ah, Ag, C, G, I	<b>Rösttaler</b> mit Kräuter-Joghurt-Dip, dazu frischer Salat Aw, G	<b>Frischer Obstsalat</b> mit Ananas-Joghurt Dressing C, G	<b>Drei Pancakes</b> , dazu Apfelsmus 2, 3, 6, Aw, C, G
<b>FR 15.03.</b> Tortelloni mit Fleischfüllung, dazu Kräuter-Käserahmsöße, Quarkspeise 7, Aw, C, G, I	<b>Spinat-Karottentaler</b> in Rahmsöße mit Kartoffelpüree, dazu Quarkspeise 3, 8, 9, Aw, C, G	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Ei, dazu Kräuter-Joghurt Dressing und Brötchen 3, 8, Aw, C, G	<b>Drei Pancakes</b> , dazu Apfelsmus 2, 3, 6, Aw, C, G
<b>MO 18.03.</b> Vegetarischer Möhren-Kohlrabieintopf mit Kartoffelwürfeln, dazu Vollkornbrot und Dessert Ar, Aw, Ag, Ah, G, I	<b>Feines Hühnerfriskassee</b> mit Erbsen und Karotten, dazu Vollkornreis und Dessert Aw, C, G	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Ei, dazu Cocktail Dressing und Brötchen 3, 8, Aw, C, G	<b>Backkäse</b> mit Grillgemüse (Zucchini, Auberginen, Zuckerschoten, Paprika) und Wildreis Aw, G
<b>DI 19.03.</b> Hörnchennudeln mit Gulasch vom Schwein, dazu Apfelsmus 2, 3, Aw	<b>zwei Eierkuchen</b> mit Zucker und Apfelsmus 2, 3, Aw, C, G	<b>Frischer Obstsalat</b> mit Johannisbeer-Joghurt Dressing C, G	<b>Backkäse</b> mit Grillgemüse (Zucchini, Auberginen, Zuckerschoten, Paprika) und Wildreis Aw, G
<b>MI 20.03.</b> Apfelsmilchreis mit Zucker und Zimt, dazu Kompott 6, G	<b>Bratwurst</b> , Bratensöße, Sauerkraut, dazu Salzkartoffeln 2, 3, Aw, I, J	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Thunfisch, dazu Dill-Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, D, G	<b>Backkäse</b> mit Grillgemüse (Zucchini, Auberginen, Zuckerschoten, Paprika) und Wildreis Aw, G
<b>DO 21.03.</b> Gabelspaghetti mit Soße alla Bolognese, dazu geriebener Käse 7, Aw, C, G	<b>Backfisch vom Seelachs</b> mit Tomatenrahm und Kartoffelpüree, dazu frischer Salat 3, 8, 9, Aw, C, D	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Hirtenkäse und Oliven, dazu mediterranes Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Backkäse</b> mit Grillgemüse (Zucchini, Auberginen, Zuckerschoten, Paprika) und Wildreis Aw, G
<b>FR 22.03.</b> Bauernrolade mit Spinat, dazu Salzkartoffeln Aw, C, G, I, J	<b>Eierragout</b> mit Karotten und Erbsen, dazu Salzkartoffeln und frisches Obst 3, Aw, C, G, J	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit gebackenen Kichererbsen, dazu Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Backkäse</b> mit Grillgemüse (Zucchini, Auberginen, Zuckerschoten, Paprika) und Wildreis Aw, G
<b>MO 25.03.</b> Schokoladenpuddingsuppe mit Einback, dazu Kompott 1, Aw, C, G	<b>Bunte Spirelli</b> mit Würstchengulasch, dazu frisches Obst 7, Aw, C, G, I	<b>Frischer Obstsalat</b> mit Johannisbeer-Joghurt Dressing C, G	<b>Gnocchi-Gemüse-Pfanne</b> mit Zucchini, Paprika und Zuckerschoten 7
<b>DI 26.03.</b> Vegetarische Kartoffelsuppe mit Sellerie und Möhren, dazu Landbrot und Dessert Aw, Ar, I	<b>Schweineschnitzel</b> mit Bratensöße, Karottengemüse, dazu Salzkartoffeln Aw, C	<b>Frischer Obstsalat</b> mit Johannisbeer-Joghurt Dressing C, G	<b>Gnocchi-Gemüse-Pfanne</b> mit Zucchini, Paprika und Zuckerschoten 7
<b>MI 27.03.</b> Bunte gekochte Eier mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu frisches Obst 3, 6, 8, C, G, I, J	<b>Fischrikadelle vom Seelachs</b> mit Kräutersöße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 2, 3, 6, Aw, C, D, G	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Thunfisch, dazu Dill-Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, D, G	<b>Gnocchi-Gemüse-Pfanne</b> mit Zucchini, Paprika und Zuckerschoten 7
<b>DO 28.03.</b> Makkaroni mit Schinken-Sahnesöße, dazu geriebener Käse und Dessert 2, 3, 7, Aw, G	<b>Knödelscheiben</b> mit heißen Pflaumen, dazu Dessert Aw, C, G	<b>Frischer grüner Salatmix</b> mit Hirtenkäse und Oliven, dazu mediterranes Joghurt Dressing und Brötchen Aw, C, G	<b>Ferien</b>
<b>FR 29.03.</b> Ferien SN Karfreitag	<b>Wir wünschen ein schönes Osterfest!</b>		