



SPEISEPLAN OKTOBER 2024

GFB CATERING ZWICKAU GmbH, Landgraben 4, 09337 Hohenstein-Ernstthal
 zwickau@gfb-catering.com; www.gfb-catering.com



	HOT-MENÜ 1	POWER-MENÜ nach DGE*-Standard 2 <small>*Deutsche Ges. für Ernährung e.V.</small>	PASTA-MENÜ 3	SALAT 4
DI 01.10.	Vegetarische Kartoffel-Kürbissuppe, dazu Vollkornbrot, Fruchtjoghurt <small>Ar, Aw, Ag, Ah, G, I</small>	Fischschnitte vom Seelachs mit Senfsoße, Rotkohl und Kartoffelpüree <small>2, 3, 8, 9, Aw, C, G, D, I, J</small>	Hörnchennudeln mit Tomaten-Hackfleischsoße, dazu geriebener Käse <small>7, Aw, G</small>	Frischer grüner Salatmix mit Tomate, Mozzarella und Basilikum-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
MI 02.10.	Karotten-Ingwersuppe, dazu Vollkornbrot und frischer Salat <small>3, 6, Aw, Ag, Ah, Ar, I</small>	Hähnchennuggets mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Gemüsereis (Karotten, Erbsen) und frischer Salat <small>Aw, C, I, J</small>	Bunte Spirelli mit Spinat-Käserahmsoße, dazu geriebener Käse <small>7, Aw, G, I</small>	Frischer grüner Salatmix mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
DO 03.10. <small>Feiertag</small>	Tag der Deutschen Einheit			
FR 04.10.	Reiseintopf mit Erbsen, Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Geflügelfleisch, dazu Landbrot, frisches Obst <small>Aw, Ar, I</small>	Gekochte Eier mit grüner Soße, dazu Kartoffelspalten, frisches Obst <small>3, 6, 8, Aw, C, G</small>	Bunte Spirelli mit Tomaten-Hirtenkäsesoße <small>Aw, G, I</small>	Frischer grüner Salatmix mit Käse, Ei und Cocktaildressing, dazu Brötchen <small>3, 7, Aw, C, G</small>
MO 07.10. <small>Ferien in SN</small>	Gabelspaghetti mit Soße alla Napoli, dazu geriebener Käse <small>7, Aw, G</small>	Kohlroulade mit Kartoffelpüree, Dessert <small>3, 8, 9, Aw, C, G, J</small>		Frischer grüner Salatmix mit Ei und Kräuter-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>3, Aw, C, G</small>
DI 08.10. <small>Ferien in SN</small>	Jägerschnitzel mit Bratensoße, Mischgemüse (Karotten, Erbsen, Blumenkohl), dazu Salzkartoffeln <small>2, 3, Aw, I, J</small>	Kräuterquark mit Butter, dazu Salzkartoffeln, frisches Obst <small>G</small>		Frischer Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing <small>C, G</small>
MI 09.10. <small>Ferien in SN</small>	Möhreneintopf mit Kartoffelwürfeln und Putenfleischklößchen, dazu Landbrot, frisches Obst <small>Aw, Ar, C, G, I</small>	Hörnchennudeln mit Broccoli-Käserahmsoße, frisches Obst <small>7, Aw, G, I</small>		Frischer grüner Salatmix mit Thunfisch und Dill-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, D, G</small>
DO 10.10. <small>Ferien in SN</small>	Blumenkohlcremsuppe, zwei Quarkkeulchen mit Apfelmus <small>3, Aw, C, G</small>	Kartoffeltaschen mit Kräuter-Frischkäsefüllung und buntem Gemüse (Paprika, Bohnen, Karotten, Mais) <small>Aw, C, G, I</small>		Frischer grüner Salatmix mit Hirtenkäse, Oliven und mediterranem Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
FR 11.10. <small>Ferien in SN</small>	Vegetarischer Nudel-Gemüseintopf mit Blumenkohl, Broccoli, Erbsen und Möhren, dazu Landbrot, frischer Salat <small>Aw, Ar, C, G, I</small>	Seelachswürfel mit Ratatouille (Auberginen, Zucchini, Paprika), dazu Reis und frischer Salat <small>Aw, D, I</small>		Frischer grüner Salatmix mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
MO 14.10. <small>Ferien in SN</small>	Bunte Spirelli mit Würstchengulasch, dazu geriebener Käse <small>2, 3, 7, Aw, C, G, J</small>	Gemüsenuggets mit Kräuterrahm, dazu Ebly-Zartweizen, Fruchtjoghurt <small>Aw, C, G, I</small>		Frischer grüner Salatmix mit Ei und Kräuter-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>3, Aw, C, G</small>
DI 15.10. <small>Ferien in SN</small>	Hacksteak mit Bratensoße, Karottengemüse und Salzkartoffeln <small>2, 3, Aw, C, I, J</small>	Gekochte Eier in Senfsoße mit Karottengemüse und Salzkartoffeln <small>3, Aw, C, G, I, J</small>		Frischer Obstsalat mit Johannisbeer-Joghurdressing <small>C, G</small>
MI 16.10. <small>Ferien in SN</small>	Grießflammerie mit warmer Erdbeersoße, frisches Obst <small>1, 7, Aw, G</small>	Gulasch nach Sauerbratenart mit Rotkohl, dazu böhmischer Knödel <small>2, 3, 6, Aw, C, G</small>		Frischer grüner Salatmix mit Thunfisch und Dill-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, D, G</small>
DO 17.10. <small>Ferien in SN</small>	Vegetarische Tortelloni mit Spinatfüllung, dazu Frischkäse-Kräutersoße, frischer Salat <small>7, Aw, C, G, I</small>	Fischfrikadelle mit fruchtiger Tomatensoße, dazu Kartoffelpüree und frischer Salat <small>2, 3, 8, 9, Aw, C, D, G</small>		Frischer grüner Salatmix mit Hirtenkäse, Oliven und mediterranem Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
FR 18.10. <small>Ferien in SN</small>	Vegetarisch gefüllte rote Paprikaschote in Tomaten-Mangosoße, dazu Reis <small>Aw, C, I</small>	Kartoffelsuppe mit Sellerie, Möhren und Wiener-Wurstchen-Scheiben, dazu Landbrot, frisches Obst <small>2, 3, Aw, Ar, I, J</small>		Frischer grüner Salatmix mit gebackenen Kichererbsen und Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
MO 21.10.	Currywurst mit Kräuter-Kartoffelpüree, dazu frischer Salat <small>2, 3, 8, 9, G</small>	Röstitaler mit Kräuter-Joghurt-Dip, frischer Salat <small>Aw, G</small>	Hörnchennudeln mit Tomaten-Kräutersoße, dazu geriebener Käse <small>7, Aw, C, G</small>	Frischer grüner Salatmix mit Kräutern und Honig-Senf dressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G, J</small>
DI 22.10.	Apfelmilchreis mit Zucker und Zimt, frisches Obst <small>I, G</small>	Roster mit Bratensoße, Sauerkraut und Salzkartoffeln <small>2, 3, Aw, J</small>	Spirelli mit Frischkäse-Kräutersoße <small>7, Aw, C, G, I</small>	Frischer grüner Salatmix mit Tomate, Mozzarella und Basilikum-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
MI 23.10.	Kürbis-Kartoffelsuppe mit Sellerie, Möhren und Wiener Würstchen, dazu Landbrot, frisches Obst <small>2, 3, Aw, Ar, I, J</small>	Marinierte Heringshappen mit Salzkartoffeln, frisches Obst <small>3, 6, 8, C, D, G, I</small>	Hörnchennudeln mit Tomaten-Hirtenkäsesoße <small>Aw, C, G, I</small>	Frischer grüner Salatmix mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
DO 24.10.	Gyros-Pfanne mit schwäbischen Spätzle <small>Aw, C, G</small>	Broccolicremsuppe, zwei Pancakes mit Apfelmus <small>3, Aw, C, G</small>	Spirelli mit pikantem Wurstragout (Jagdwurstwürfel, Gewürzgurke), dazu geriebener Käse <small>2, 3, 7, Aw, C, G, I, J</small>	Frischer Obstsalat mit Ananas-Joghurdressing <small>C, G</small>
FR 25.10.	Bauernroulade mit Bratensoße, Buttergemüse (Karotten, Mais, Erbsen) und Kartoffelpüree <small>3, 8, 9, Aw, C, G, I, J</small>	Gemüsecurry (Paprika, Kichererbsen, Champignons) mit Vollkorn-Reis, frisches Obst <small>Aw, F</small>	Hörnchennudeln mit Gulasch vom Schwein <small>2, 3, Aw</small>	Frischer grüner Salatmix mit Käse, Ei und Cocktaildressing, dazu Brötchen <small>3, 7, Aw, C, G</small>
MO 28.10.	Schokoladenpuddingsuppe mit Milchbrötchen, frisches Obst <small>I, Aw, C, G</small>	Schweineschnitzel mit Bratensoße, Mischgemüse (Blumenkohl, Erbsen, Möhren) und Salzkartoffeln <small>Aw, C, I</small>	Gabelspaghetti mit Soße alla Bolognese, dazu geriebener Käse <small>7, Aw, C, G</small>	Frischer grüner Salatmix mit Kräutern und Honig-Senf dressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G, J</small>
DI 29.10.	Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Karotten, Sellerie und Raufleisch, dazu Landbrot, Fruchtjoghurt <small>2, 3, Aw, Ar, G, I</small>	Rührei mit Spinat, dazu Salzkartoffeln <small>Aw, C, G</small>	Bunte Spirelli mit Zitronen-Basilikumsoße, dazu geriebener Käse <small>7, Aw, C, G, I</small>	Frischer grüner Salatmix mit Tomate, Mozzarella und Basilikum-Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
MI 30.10.	Chili sin carne mit Reis, dazu frischer Salat <small>I</small>	Fischstäbchen mit Zitronen-Buttersoße, dazu Kartoffelpüree und frischer Salat <small>3, 8, 9, Aw, C, G, D, I</small>	Tortelloni mit Fleischfüllung und fruchtige Tomatensoße <small>7, Aw, C, G, I</small>	Frischer grüner Salatmix mit Hirtenkäse und mediterranem Joghurdressing, dazu Brötchen <small>Aw, C, G</small>
DO 31.10. <small>Feiertag</small>	Reformationstag			

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 Feuchthaltemittel
- 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
- Hh Haselnüsse
- Hw Walnüsse
- Hp Pistazien
- He Cashewkerne
- Ha Paranüsse
- He Pekannüsse
- Hi Macadamianüsse

I) Sellerie*

- J) Senf*
- K) Sesam*
- L) Lupinien*
- M) Weichtiere*
- N) Sulfit (in einer Konzentration von 10 mg / kg bzw. 10 mg / l)
- * sowie daraus hergestellte Erzeugnisse

