

Speisenplan Küche Lichtenberg / Erzgebirge

August/September 2026

Menü = 5,30 €

Standortleiter: Jörg Schön 0152/08873860



Kühlanlieferung am Wochenende und
Feiertagen am verangehenden Werktag

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
35.KW 24.08. - 30.08.2026	Essen 1	Jägerschnitzel ^{2,3,A,C} dazu Spätzle ^A und Tomatensoße ^G	Kasselerpfanne ^{2,3} dazu Bohnen und Kartoffelscheiben	Wellfleisch dazu Sauerkraut, Soße und Kartoffeln	Geschnetzeltes vom Schwein dazu Erbsen und Spätzle	Hähnchenragout ^G dazu Möhrengemüse und Kartoffeln	Reibekuchen dazu Zucker und Apfelmus ³	Krustenbraten dazu Rotkraut, Soße und Kartoffeln
	Essen 2	Tomatenragout ^G mit pochiertem Ei ^C dazu Reis	Milchreis ^{A,G} dazu Zimt-Zucker und Erdbeeren	Gouda ^{A,G,1} dazu Drillinge Tatarensoße und Salat	Tomatensuppe mit Reis Erdbeerjoghurt ^G	Gebratener Blumenkohl dazu Kräutersoße ^G und Kartoffeln	Hühnerfrikasse ^G dazu Reis	Krautroulade dazu Soße und Kartoffeln
	Essen 3	Nudeln ^A "Carbonara" dazu Reibekäse ^{1,G}	Biergulasch dazu Knödel ^A	Fischbulette ^{A,D} dazu Soße, Kartoffelbrei ^G und selbstgem. Gurkensalat	Nudel-Schinken- Auflauf ^{A,G,2,3}			
36.KW 31.08. - 06.09.2026	Essen 1	Hähnchenroulade gefüllt mit Broccoli dazu Soße und Kroketten	Trivelli ^A dazu Hack-Sahne- Soße ^{A,G} und Reibekäse Obst	Rostbrät'l dazu geschmorte Zwiebeln, Knöpfe und selbstgem. Bohnensalat	Hasenkeule dazu Rotkraut, Soße und Klöße	Schweineschnitzel ^{A,C} "Jäger Art" dazu Champis, Soße, und Spätzle ^{A,C,G,1}	Fadennudelsuppe ^A mit Gemüse und Suppen- fleischklößchen ^{A,C,I,K} Brot ^A	Putensteak in Pfefferrahmsoße ^G dazu Erbsen und Kartoffeln
	Essen 2	Gabelspaghetti ^A dazu Tomatensoße und Reibekäse ^{1,G}	Chinagemüse-Reis- Pfanne	Spinatknödel ^{A,C} dazu Soße Obst	Gemüse-Eintopf mit Kartoffeln dazu Brot ^A + Pudding ^G	Blumenkohl-Käse- Knuspermedaillon ^{A,C,G} dazu Soße und Püree ^G	Szegediner Gulasch dazu Knödelscheiben ^A	Herzhafter Wildgulasch dazu Rotkohl und Bandnudeln ^A
	Essen 3	Chilli con Carne dazu Baguette ^A	Fischstäbchen ^{A,D} dazu Dillsoße ^G und Kartoffelbrei ^G Möhrensalat	Putenragout ^G dazu Reis Kompott	Asia-Nudeln ^{A,C} mit Gemüse und Hühnerfleisch			
37.KW 07.09. - 13.09.2026	Essen 1	Hähnchensteak mit Tomate-Mozzarella überbacken ^{1,G} dazu Soße und Kroketten	Bauernfrühstück Bratkartoffeln mit Ei ^C dazu saure Gurke	Hähnchen süß-sauer dazu Thai-Gemüse und Reis	Deftiger Rinderbraten dazu Rotkraut, Soße und Klöße	Schweineschnitzel mit Schinken-Käse ^{1,G} überbacken dazu Soße und Rösti	Kartoffel-Möhren- Eintopf mit Hackfleisch- klößchen ^{A,C} Fruchtquark ^G	Putenrollbraten dazu Gemüse, Soße und Kartoffeln
	Essen 2	Pancakes ^{A,C,G} dazu Apfelmus ³	Schupfnudeln mit Rahmgemüse ^G	Sellerieschnitzel ^{A,C} dazu Soße und Püree ^G	Broccoli im Backteig ^{A,C} dazu Soße und Püree ^G	Eierkuchen ^{A,C,G} dazu Apfelmus ³	Spaghetti ^A "Bolognese" dazu Reibekäse ^{1,G}	Kasselerbraten ^{2,3,7} dazu Sauerkraut und Kartoffeln
	Essen 3	Hühnersuppe mit Nudeln ^A Pudding ^G	Enchilada ^A mit Huhn- Gemüse-Füllung und Käse ^{1,G} überbacken	Gebr. Seelachsfilet dazu Rotkraut, zerl. Butter ^G und Kartoffeln	Currywurstpfanne (mild) dazu Spirelli ^A Gemüsesticks			

38.KW 14.09. - 20.09.2026	Essen 1	Hähnchen-Cordon bleu ^{A,C,2,3} dazu Möhren, Soße und Rösti-Ecken	Döner-Teller dazu Soße bunter Krautsalat und Reis	Rippchen dazu Sauerkraut, Soße und Kartoffeln	Bulette ^{A,C} dazu Blumenkohl, Soße und Kartoffelstampf ^G	Schweinesteak "au four" ^{1,G} dazu Möhren und Rösti	Bohneneintopf mit Hühnerfleisch dazu Brot ^A + Obst	Schweinebraten dazu Bohnen, Soße und Kartoffeln
	Essen 2	Blumenkohl-Cremesuppe ^G dazu Brot ^A + Dessert ^G	Rührei ^C dazu Rahmspinat ^G und Kartoffeln	Pasta ^A mit Käsesoße ^{1,G} Obst	Spiegelei ^C mit Rahmbohnen ^G und Kartoffeln	Gemügestäbchen dazu Rahmmöhren ^G und Kartoffeln	Bauerntopf mit Hackfleisch Kartoffeln und Gemüse	Spießbraten dazu Rahmgemüse ^G , Soße und Klöße
	Essen 3	Gulaschsuppe dazu Baguette ^A + Obst	Wirsingroulade ^{A,C} dazu Soße und Kartoffeln	Krautnudeln ^A mit Hackfleisch Pudding ^G	Currygeschnetzeltes dazu Gemüse und Reis			
39.KW 21.09. - 27.09.2026	Essen 1	Schweineschnitzel ^{A,C} dazu Mischgemüse, Soße und Kroketten ^{A,C}	Sauerbraten ^{2,3,7} dazu Rotkraut und Knödel ^A	Hähnchenkeule dazu Rotkraut, Soße und Kartoffeln	Hähnchen-Paprika-Topf mit Reis	Königsberger Klopse ^{A,C} dazu Kapernsoße und Kartoffeln	Gräupcheneintopf ^A mit Kasseler ^{2,3,7} dazu Brot ^A	Rindergulasch dazu Rotkraut und Knödel ^{A,C,G}
	Essen 2	Spaghetti ^A dazu Gemüsebolognese	Gemüseknusper- schnittel ^{A,C} dazu Soße und Kartoffeln	Kartoffelauflauf mit Blattspinat und Feta ^G	Kürbiscremsüppchen ^G dazu Brot ^A + Obst	Bunte Fischpfanne ^D dazu Kartoffeln	Kartoffel-Hackfleisch- Auflauf	Hähnchensteak dazu Gemüse, Soße und Kartoffelrösti
	Essen 3	Gyros-Suppe dazu Baguette ^A	Pikante Köttbullar- Chinapfanne auf Bandnudeln ^A	"Schnudendunker" Bratkartoffeln mit Hackfleisch und Käse ^{1,G} überbacken	Fischlies ^{A,C,D} dazu Tomatensoße und Spirelli ^A			

Zu- und Abbestellungen sind nur werktags für den Liefertag bis 7:30 Uhr möglich, für Folgetage 9:00 bis 14:00 Uhr.

Änderungen vorbehalten!

knack-frisch GmbH
Muldaer Straße 27
09638 Lichtenberg/ Erzgebirge

Tel.: 037323/53141
www.knack-frisch.de
j.schoen@knack-frisch.de

Kennzeichnung von Inhaltsstoffen:

1 = mit Farbstoffen, 2 = mit Konservierungsstoffen, 3 = mit Antioxydationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit Süßungsmittel,
6 = enthält Phenylalaninquelle, 7 = mit Phosphat, 8 = gewachst, 9 = geschwärzt, 10 = geschwefelt

Hauptallergene im Überblick:

A=Glutenhaltiges Getreide (Weizen), B=Krebstiere, C=Eier, D=Fisch, E=Erdnüsse, F=Soja, G=Milch, H=Schalenfrüchte, I=Sellerie, K=Senf,
L=Sesamsamen, M=Lupine, N=Weichtiere sowie daraus hergestellte Erzeugnisse,
O=Schwefeldioxid und Sulfite bei mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l