Schwabing Ost
Alten- und Service-Zentrum

Ihr Wegbegleiter im Alter
Siegesstrasse 31, 80802 München
Tel: 689 792 30, Fax 689 792 340
E-Mail: kontakt@asz-schwabing-ost.de
www.asz-schwabing-ost.de

ASZ - Mittagstisch November 2025
Mittagessen von 12:00 – 13:00 Uhr

Di, 03.11.	Pellkartoffeln mit Sahne-Hering, Salat, Nachtisch *Milchprodukte, Sellerie, Fisch
Mi, 04.11.	Nudeln mit Linsen-Bolognese und Parmesan, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Weizen (Gluten), Tomaten, Paprika, Sellerie **vegetarisch**
Fr, 06.11.	Putenrolle mit Gemüsefüllung in Rahmsoße mit buntem Reis, Salat, Nachtisch *Milchprodukte, Senf, Sellerie
Di, 10.11.	Kürbis-Gnocchi-Auflauf, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Weizen (Gluten), Sellerie **vegetarisch**
Mi, 11.11.	Cremiges Linsen-Dal mit Zucchini, Basmatireis, Salat, Nachtisch *Ingwer, Sellerie, Erdnussmus **vegetarisch**
Fr, 13.11.	Königsberger Klopse mit Kartoffelstampf, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Eier, Senf, Weizen (Gluten), Tomaten, Sellerie
Di, 17.11.	Süßkartoffel-Kichererbsen-Curry mit Basmatireis, Salat, Nachtisch *****Tomaten, Ingwer, Sellerie, **vegetarisch**
Mi, 18.11.	Vegetarische Maultaschen in Gemüse-Sahnesoße, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Paprika, Eier, Pilze, Sellerie **vegetarisch**
Fr, 20.11.	Nürnberger Bratwürste auf Sauerkraut und Kartoffelbrei, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Fruktose, Weizen (Gluten), Senf
Di, 24.11.	Gemüsecremesuppe dazu Brot, Grießbrei mit Zimtzucker *****Milchprodukte, Tomaten, Knoblauch, Sellerie **vegetarisch**
Mi, 25.11.	Backofenfisch mit Kartoffelbrei und Brokkoli, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Weizen (Gluten), Ei, Fisch
Fr, 27.11.	Schweinefleisch-Medaillons auf pikanter Soße mit Reis, Salat, Nachtisch *****Milchprodukte, Weizen (Gluten), Tomaten, Senf, Sellerie

Es kann u.U. auch zu kurzfristigen Änderungen in der Menüplanung kommen!

Kosten: 7,50 €. Bitte kommen Sie auf uns zu, wenn Sie ein geringes Einkommen haben. Wir prüfen gerne die Zuschussmöglichkeiten!

Anmeldung / Abmeldung sowie Bezahlung:

- **Anmeldung frühestens ab Dienstag 9:00 Uhr für die folgende Woche**
- **Anmeldung und Abmeldung (gilt auch bei Erkrankung)**
  - **für Dienstag + Mittwoch → spätestens Montag bis 10:00 Uhr**
  - **für Freitag → spätestens Mittwoch bis 10:00 Uhr**

Anmelde- und Kassenzeiten:
Mo – Mi von 9:00 – 13:30 / Do von 9:00 – 10:00 und 12:30 – 14:30 / Fr von 9:00 – 13:00

BITTE BEACHTEN SIE:
*** Die Nennung der Allergene bei jedem Gericht bezieht sich NUR auf das Hauptgericht!**
*** Im Salat befinden sich häufig Tomaten, Paprika, Gurken!**
*** Der Nachtisch wird kurzfristig geplant, deswegen gibt es hier keine Angaben zu Allergenen!**