



**Mehr
Generationen
Haus**
Wir leben Zukunft vor



Zentrum für Jung und Alt
Mütterzentrum Elternservice Seniorenhilfe

Speiseplan

Februar 2024

Das ZenJA-Küchenteam wünscht guten Appetit!

Mütterzentrum Langen e. V.

Familiencafé





Mittagstisch: 12:30 - 13:30 Uhr

**Bitte melden Sie sich bis spätestens
zwei Tage vor Termin an unter**

Telefon: 06103 53344

E-Mail: muetterzentrum@zenja-langen.de

Internet: www.zenja-langen.de

Do	01.02.24	Erseneintopf mit Pökelfleisch, Bauernbrot, Dessert	
Fr	02.02.24	Lass dich überraschen, Dessert	
Mo	05.02.24	Spinatschnecken, Salat, Dessert	
Di	06.02.24	Shahi kocht: Syrisches Yibrach (Weißkohl mit Reis und Hackfleisch), Dessert	
Mi	07.02.24	Bratfisch mit Dillkartoffeln, Salat, Dessert	
Do	08.02.24	Kartoffeleintopf, Fladenbrot, Dessert	
Fr	09.02.24	Närrische Woche: Buntes Lass dich überraschen, Dessert	
Mo	12.02.24	Bunt gefüllte Paprika mit Reis und Soße, Dessert	
Di	13.02.24	Nusskartoffeln auf Kürbisragout, Dessert	
Mi	14.02.24	Närrische Woche: Pellkartoffeln mit Heringssalat, Dessert	
Do	15.02.24	Pasta Stroganoff, Salat, Dessert	
Fr	16.02.24	Lass dich überraschen, Dessert	
Mo	19.02.24	Linsen-Spinat-Dal, Fladenbrot, Dessert	
Di	20.02.24	Gulaschsuppe mit Bauernbrot, Dessert	
Mi	21.02.24	Zucchini-Polenta-Tarte mit Dill-Pesto, Dessert	
Do	22.02.24	Lachs-Ananas-Pfanne, Reis, Dessert	
Fr	23.02.24	Lass dich überraschen, Dessert	
Mo	26.02.24	Gemüse-Bulgur-Pfanne, Dessert	
Di	27.02.24	Grünkohl mit Mettwurstchen und Kartoffeln, Dessert	
Mi	28.02.24	Hähnchennuggets mit Kartoffelsalat, Dessert	
Do	29.02.24	Ratatouille mit Reis, Dessert	

Unser Essen wird frisch zubereitet und wir verarbeiten je nach Saison auch Obst, Gemüse und Kräuter aus dem Generationengarten. Auf Wunsch bieten wir die Gerichte auch **vegetarisch** an. Wenn Sie nicht gut zu Fuß sind, aber gerne am Mittagstisch teilnehmen wollen, fragen Sie nach unserem Fahrdienst **EsseR auf Rädern**. Bei **Nahrungsunverträglichkeiten** sprechen Sie bitte mit unserem Küchenteam und erkundigen Sie sich über die verwendeten Zutaten.