



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Wir leben Zukunft vor*



Zentrum für Jung und Alt  
Mütterzentrum Elternservice Seniorenhilfe

## Speiseplan

### September 2019

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](mailto:muetterzentrum@zenja-langen.de)

Internet: [www.zenja-langen.de](http://www.zenja-langen.de)

Mo	02.09.19	Eier in Senfsoße, Kartoffeln, Dessert
Di	03.09.19	Putengeschnetzeltes mit Paprika-Rahm-Soße, Spätzle, Salat, Dessert
Mi	04.09.19	Lachsfilet in Kräuter-Frischkäsesoße, Reis, Dessert
Do	05.09.19	Bratwurst mit Kartoffelpüree, Tomaten-Mais-Salat, Dessert
Fr	06.09.19	Nudeln mit Kürbis-Sahne-Soße, Salat, Dessert
Mo	09.09.19	Gebackenes Fischfilet, Ratatouille, Reis, Dessert
Di	10.09.19	Nudeln mit Rinderhack-Bolognese, Gurkensalat, Dessert
Mi	11.09.19	Kartoffeln mit Rührei und Spinat, Dessert
Do	12.09.19	Nudeln mit Tomaten-Kräutersoße, Salat, Dessert
Fr	13.09.19	Gemüse-Kartoffel-Eintopf mit Puten-Wiener, Dessert
Mo	16.09.19	Backfisch mit Kartoffelpüree, Gurkensalat, Dessert
Di	17.09.19	Käsespätzle mit gemischtem Salat, Dessert
Mi	18.09.19	Hähnchenbrustfilet, Kartoffeln, Gemüsesoße, Dessert
Do	19.09.19	Nudeln mit Tomaten-Sahne-Soße, Salat, Dessert
Fr	20.09.19	Reis mit Hackfleischsoße, Karotten-Gemüse, Dessert

bitte wenden →

---

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.

Mo	23.09.19	Schinken-Nudeln mit Sahne-Soße, Dessert
Di	24.09.19	Kartoffeln mit Kräuterquark und Gemüsesticks, Dessert
Mi	25.09.19	Ratatouille mit Reis und Putenstreifen, Dessert
Do	26.09.19	Lachsfilet in Dill-Sahne-Soße, Kartoffeln, Dessert
Fr	27.09.19	Nudeln mit Zucchinisoße, Dessert
Mo	30.09.19	Bratwurst mit Kürbis-Kartoffelpüree, Salat, Dessert