



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



**Zentrum für Jung und Alt**  
Mütterzentrum Elternservice Seniorenhilfe

## Speiseplan

### November 2020

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	02.11.20	Tortellini mit Schinken-Käse-Sahne-Soße, Dessert
Di	03.11.20	Geschnetzeltes mit Spätzle, Brokkoli und Soße, Dessert
Mi	04.11.20	Nudeln Bolognese, Dessert
Do	05.11.20	<b>Kartoffeln mit Rührei und Spinat, Dessert</b>
Fr	06.11.20	Lachsfilet mit Reis und Dill-Sahne-Soße, Dessert
Mo	09.11.20	Königsberger Klopse mit Kartoffeln, roter Beete und Soße, Dessert
Di	10.11.20	<b>Nudeln mit Kürbis-Frischkäse-Soße, Dessert</b>
Mi	11.11.20	Bratwurst mit Kartoffeln und Karottengemüse und Soße, Dessert
Do	12.11.20	<b>Nudeln mit Tomatensoße, Dessert</b>
Fr	13.11.20	Backfisch mit Kartoffelbrei und Gurkensalat, Dessert
Mo	16.11.20	Lasagne, Dessert
Di	17.11.20	<b>Kartoffeln mit Eiern und Senfsoße, Dessert</b>
Mi	18.11.20	Geschnetzeltes in Rahmsoße mit Nudeln, Dessert
Do	19.11.20	<b>Pfannkuchen mit Apfelmus</b>
Fr	20.11.20	Fischstäbchen mit Kartoffelbrei und Karotten-Mais-Gemüse, Dessert
Mo	23.11.20	Frikadellen mit Kartoffeln und Tomatensoße, Dessert
Di	24.11.20	<b>Kürbis mit Hefepfannkuchen, Dessert</b>
Mi	25.11.20	Schinkennudeln mit Käse-Sahne-Soße, Dessert
Do	26.11.20	<b>Ofenkartoffeln mit Zucchini-Karottengemüse und Kräuterquark, Dessert</b>
Fr	27.11.20	Kartoffeleintopf mit Fleischwurst, Dessert
Mo	30.11.20	Tortellini mit Tomaten-Sahne-Soße, 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.