

# Die Dienstag-Spartüte

S-Geschnetzeltes mager ca 250g

1 kl. Schinkenwurst ca. 270g

2 Paar Wiener

6,90€

Sie sparen

50%

## Info von unserer Ernährungsberaterin...

**Fleisch** gehört zu einer ausgewogenen Ernährung:

Fleisch zählte schon immer zu den Grundnahrungsmitteln der Menschen. Es liefert wertvolles Eiweiß, Eisen und Vitamine (vor allem der Vitamin-B Gruppe).

Vitamin B12 ist zudem überwiegend in tierischen Erzeugnissen enthalten (wichtig für die Entwicklung, besonders bei Kindern) Mageres Fleisch und Fleischwaren tragen wesentlich zur Deckung des Nährstoffbedarfs bei.

Zusammen mit Gemüse, Obst, Vollkorn- sowie Milchprodukten sollte es fester Bestandteil unserer Ernährung sein.

## Speiseplan vom 28.11. bis 02.12.22 ab 11.00Uhr

### MO 1 Hähnchenschnitzel

mit Country Wedges und Gemüse<sup>(2,6,A,F)</sup>

### DI Leckere Käsespätzle

mit Röstzwiebeln und Blattsalat<sup>(2,3,6,A,B,F,H,I)</sup>

### MI Feiner Hausschinken

mit Kartoffelpüree und Rotkrautsalat<sup>(2,3,4,5,6,A,F,H,I)</sup>

### DO Zartes Kalbgeschnetzeltes

mit Fusilli und Gemüse<sup>(2,6,A,B,F)</sup>

### FR Hausgemachte Maultaschen

mit Röstzwiebeln, Kartoffel- und Blattsalat<sup>(2,3,6,A,B,F,H,I)</sup>

(A) mit Weizen (B) mit Eier u. Eiererzeugnisse  
(C) mit Fisch und Fischerzeugnisse  
(F) mit Milch/ Milcherzeugnisse (H) mit Sellerie/ Sellerieerzeugnisse  
(I) mit Sesamsamen/ Sesamamerzeugnisse  
(S) mit Schwefeldioxid und Sulfit  
(2) mit Konservierungsstoff (3) mit Süßstoff (4) Phosphat  
(5) mit Antioxidationsmittel (6) mit Geschmacksverstärker  
Änderungen vorbehalten

für nur  
7,50€

[www.metzgerei-knoll.de](http://www.metzgerei-knoll.de)

[kontakt@metzgerei-knoll.de](mailto:kontakt@metzgerei-knoll.de)

Überlingen  
Aufkircherstr. 36  
Tel. 07551/63753- Fax 68920  
MO-MI: 8.00-13.00Uhr  
DO+FR: 8.00-13.00Uhr+14.30-18.00Uhr  
SA:8.00-12.30Uhr

Messkirch  
Bahnhofstr.6  
Tel.07575/3629-Fax4738  
MO-FR:6.30-18.00Uhr  
SA:7.00-12.00Uhr

Pfullendorf  
Schulstrasse 2  
Tel. 07552/9339400-Fax9339401  
MO-FR:7.00-18.00Uhr  
SA:7.00-14.00Uhr

Stockach  
Hauptstr.29  
Tel.07771/2404-Fax7180  
MO-FR:8.30-13.30+14.30-18.00Uhr  
SA:8.00-12.30Uhr

Radolfzell  
Hörstr.2  
TEL:07732/970987-FAX942462  
MO-Fr:8.00-13.30Uhr  
MO,DI,DO,FR:14.30-18.00Uhr  
SA:8.00-12.30Uhr

Stockach  
Aachenstr.4  
TEL:07771/877441-FAX:877351  
MO-FR:6.30-18.00Uhr  
SA:6.30-12.30Uhr