

Speiseplan 02.03.2020 bis 08.03.2020

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter Samariter Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & Günstig
MO 02.03.	Feine Rinderroulade mit Soße, dazu Kartoffeln ¹² und Schwarzwurzelgemüse ^{1,7}	Cordonbleu ¹³ , dazu Kartoffeln ¹² und Schwarzwurzelgemüse ^{1,7}	2 Spiegeleier auf Spinat mit Salzkartoffeln	Nudeleintopf mit Broccoli, Karotten und gewürfeltem Schweinefleisch BE 3,3	Hähnchenbrustfilet in würziger Soße, dazu Kartoffelpüree und Apfelrotkohl	Hessisches Schmandschnitzel (Schwein) in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
DI 03.03.	Hähnchenbrust mit Curryfrüchtesahnesoße ¹⁴ , dazu Reis, zum Nachtisch Obst	Spirelli-Nudeln ^{1,3} mit Soße Bolognese und geriebenem Parmesan-Käse ⁷ , zum Nachtisch Obst	Champignontopf in Rahmsoße, dazu Nudeln	Milchreis mit Zimt bestreut, dazu Sauerkirschen BE 4,3	Haxenfleisch (Schwein) gewürfelt und gepökelt, auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree	2 Rinderrouladen mit Speck- und Zwiebelfüllung, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und Apfelrotkohl	Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfeltem Schweinefleisch
MI 04.03.	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsoße ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² und Rote Beete ¹⁶	Emmentaler Schnitzel ^{1,7} mit Kräutersahnesoße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} , zum Nachtisch Fruchtjoghurt ⁷	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Apfelkompott	Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse BE 3,6	FRISCHER SALAT Thunfisch-Salat (bunter Salatmix mit Thunfisch, Eier, Tomaten und Essig-Öl-Dressing)	Bayerischer Schweinebraten mit Bratensoße, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkraut	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DO 05.03.	Gebratene Mettbällchen mit Jägerrahmsoße, dazu Spirelli-Nudeln ^{1,3} und Salat	Hühnerfrikassée mit Gemüse ^{1,7} , dazu Reis, zum Nachtisch Obst	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln BE 3,7	Fleischkäse in Soße, dazu Kartoffelpüree und Erbsen BE 2,9	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße	Jägerschnitzel (Schwein) in Rahmsoße mit Champignons, dazu Bauernspätzle mit Bröseln sowie Möhrchen und Erbsen	Gehacktes Stippe (Schweinehackfleisch und Zwiebeln fein abgeschmeckt), Petersilien-Kartoffelpüree
FR 06.03.	„Ungarischer“ Schweinegulasch mit Paprika, dazu Semmelknödel und Buttererbsen	Backfisch ^{1,3} mit Tatarensoße ^{1,3} , dazu Dampfkartoffeln ¹² , zum Nachtisch Apfel-Kirschgrütze mit Vanillesoße ⁷	Frühlingstopf mit Grießklößchen BE 1,7	Hackbraten, dazu Salzkartoffeln und Schwarzwurzeln BE 3,2	FRISCHER SALAT Fitness-Salat (bunter Salatmix, mit Putenstreifen, Paprika, Gurke, Sonnenblumenkernen und Essig-Öl-Dressing)	Alaska-Seelachs paniert mit Kräuter-Senfsoße, dazu Petersilienkartoffeln	Grießauflauf mit Pflirsichwürfeln
SA 07.03.	Hackbraten mit Zigeunersoße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Kohlrabigemüse ^{1,7}	Rührei ³ mit Rahmspinat ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² , zum Nachtisch Obst vegetarisch	6 goldbraun gebackene Reibekuchen mit Apfelmark	Hühnerfrikassée, dazu Langkorn-Reis und Karottengemüse mit Petersilie BE 3,8	Putenhackröllchen auf buntem Gemüse, dazu Salzkartoffeln	Pikantes Rindergulasch, dazu Kartoffelschmarrn und Erbsen und Finger-möhrchen	Kartoffel-Cremesuppe mit Zwiebeln, Lauch, Karotten und Sahne
SO 08.03.	Paniertes Schweineschnitzel ^{1,3} , dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohlgemüse ^{1,7}	Rinderbraten mit Soße, dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohlgemüse ^{1,7}	„Penne al pomodoro (Nudeln mit italienischer Kräuter-Tomatensoße, bestreut mit geriebenem Hartkäse)	Putensteak in Käsesoße, dazu Kartoffeln und Kohlrabigemüse BE 3,2	Lachsfiletstreifen mit Penne-Nudeln, Blattspinat, Salatgurkenwürfeln und Cherrytomaten	Gemischte Bratenplatte (Rind und Schweine), dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse mit Petersilie	Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 09.03.2020 bis 15.03.2020

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter Samariter Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & Günstig
MO 09.03.	Schweinebraten mit Soße, dazu Kartoffelknödel ^{1,3,12} und Rotkraut ¹⁶	Rindergulasch, dazu Kartoffelknödel ^{1,3,12} und Rotkraut ¹⁶	Nudelpfanne mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl BE 4,2	2 fränkische Bratwürste in Soße, dazu Kartoffeln und Kohlrabi BE 3,3	Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirschaufwurf) mit Zucker und Zimt garniert	Spaghetti mit Shrimps in feiner Safran-Sahnesoße, verfeinert mit Tomaten und Porree	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 10.03.	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“, dazu Spätzle ^{1,3} und Kaisergemüse	Tortellini ^{1,3,7} mit Tomaten-Sahnesoße ¹⁴ und geriebenem Parmesan-Käse, zum Nachtisch Obst vegetarisch	Kartoffeln mit hessischer „Grüner Soße“ und gehacktem Ei	Jägerschnitzel (Schwein) in Champignonrahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Zucchini-Gemüse BE 2,3	2 Kalbsbratwürste in milder Soße, dazu Salzkartoffeln und Romanesco-Gemüse	Entenkeule in Bratensoße, dazu hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken und Apfelrotkohl	Milchreis mit Zimt bestreut, Sauerkirschen
MI 11.03.	Hühnerfrikassée ^{1,12} mit Spargel und Champignons, dazu Reis	Kartoffelcremesuppe ⁷ mit Geflügelwieners ¹⁵ und Brötchen ¹ , zum Nachtisch Vanillepudding ⁷ mit Schokosoße ⁷	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, Finger-möhren und Broccoli, Salzkartoffeln BE 3,2	Grießbrei mit Mandarinen BE 3,5	FRISCHER SALAT Griechischer Salat (bunter Salatmix mit Fetakäse, Gurken, Peperoni, Oliven, Paprika und Essig-Öl-Dressing) vegetarisch	Hähnchenkeule mit Soße, dazu Salzkartoffeln und Apfelrotkohl	Soljanka Eintopf mit Paprika- und Gurkenstreifen, Krakauer- und Salamiwürfeln
DO 12.03.	Gekochte Eier ³ auf Rahmspinat ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹ vegetarisch	Hähnchenknusper-schnitzel ^{1,3} , dazu Reis und Karottengemüse ⁷ , zum Nachtisch Obst	Gabelspaghetti mit Gemüsebolognese	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch, Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln BE 1,4	Gulasch (Schwein), dazu Salzkartoffeln und Frühlingsgemüse	Lachsfiletschnitte in Sahnesoße (mit Zitrone verfeinert), dazu Gemüse-reis	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
FR 13.03.	Cordonbleu (Schwein) ^{1,3,7} , dazu Rösti ¹² und Leipziger Allerlei ^{1,7}	Rindercevapcici ¹³ mit mildem Zaziki ⁷ , dazu Kartoffeln ¹² , zum Nachtisch Minidonuts ^{1,7}	Eierpfannkuchen mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse, Salzkartoffeln BE 3,4	FRISCHER SALAT Haus-Salat (bunter Salatmix mit Schinken, Käse, Weißkraut, Paprika, Gurken und Essig-Öl-Dressing)	Zarter Sauerbraten, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkohl	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln
SA 14.03.	Lachsfilet mit Dillsahnesoße ^{1,7} , dazu Kartoffeln und Salat	Kraftbrühe mit Gemüse und Nudeln ^{1,3} , Pfannkuchen ^{1,3,7} mit Kompott vegetarisch	Lasagne Tricolore mit drei verschiedenen Soßen aus Tomaten, Spinat und Champignons, gratiniert mit Käse und Tomatenwürfeln	Rindergulasch, dazu Kartoffeln und Schwarzwurzeln BE 3,1	Weißer Bohneneintopf mit gekochtem Vorder-schinken, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Sellerie und Erbsen	Paniertes Schweineschnitzel, dazu Kartoffeln mit Röstzwiebeln und buntes Gemüse	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SO 15.03.	Szegediner Schweinegulasch, dazu Kartoffelknödel ^{1,3,7} und Kraut	Bratwurst, dazu Kartoffelpüree ^{7,16} und Sauerkraut	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Zwetschgenkompott	Sahnegeschnetzeltes vom Schwein, dazu Spätzle-Nudeln und Pariser Karotten BE 3,3	Hünersuppentopf nach Hausfrauen-Art (gewürfeltes Huhnfleisch mit Hörnchennudeln, Lauch und Karotten)	Cordon bleu (Hähnchen) gefüllt mit Putenformschinken und Käse, dazu Kartoffelpüree und Karottengemüse in Petersiliensoße	Fleischbällchen nach „Mailänder Art“ in fruchtiger Tomatensoße, dazu Käse-Maccaroni soße

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 02.03.2020 bis 08.03.2020

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & günstig	S Suppe	A Beilagensalat	B Dessert	C Dessert (mit BE-Angabe)
MO 02.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio" value="2"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DI 03.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MI 04.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio" value="2"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DO 05.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
FR 06.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SA 07.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SO 08.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Täglich frisch für Sie gekocht!			Ohne künstliche Zusatzstoffe					Nur zusammen mit Menü 1 bis 7 bestellbar!			

Bitte kreuzen Sie Ihre Bestellwünsche an - sollten Sie ein Menü mehrmals wünschen, so tragen Sie einfach die gewünschte Anzahl ein - und geben den ausgefüllten Bestellschein Ihrem ASB-Menükurier mit. **Bitte tragen Sie Ihren Namen und Ihre Anschrift ein. Vielen Dank.**

Name/Vorname _____

Telefon _____

Straße/Nr. _____

PLZ/Wohnort _____

Speiseplan 09.03.2020 bis 15.03.2020

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & günstig	S Suppe	A Beilagensalat	B Dessert	C Dessert (mit BE-Angabe)
MO 09.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio" value="Ü"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DI 10.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MI 11.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DO 12.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio" value="Ü"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
FR 13.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SA 14.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio" value="Ü"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SO 15.03.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Täglich frisch für Sie gekocht!			Ohne künstliche Zusatzstoffe					Nur zusammen mit Menü 1 bis 7 bestellbar!			

Bitte kreuzen Sie Ihre Bestellwünsche an - sollten Sie ein Menü mehrmals wünschen, so tragen Sie einfach die gewünschte Anzahl ein - und geben den ausgefüllten Bestellschein Ihrem ASB-Menükurier mit. **Bitte tragen Sie Ihren Namen und Ihre Anschrift ein. Vielen Dank.**

Name/Vorname _____

Telefon _____

Straße/Nr. _____

PLZ/Wohnort _____