

# Speiseplan 14.09.2020 bis 20.09.2020

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
<b>MO</b> 14.09.	Kalbsrahmbraten mit Soße <sup>7</sup> , dazu Rösti und Blumenkohlgemüse <sup>1,7</sup>	Grillsteak, dazu Rösti <sup>1,2</sup> und Blumenkohl in Soße <sup>7</sup>	Frühlingstopf mit Grießklößchen  <b>BE 1,7</b>	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln <b>BE 1,4</b>	Schinken-Nudeln mit Röhrei und magerem, rohem Schinken	Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)</b>
<b>DI</b> 15.09.	Paniertes Schweineschnitzel <sup>1,3</sup> , dazu Kartoffeln <sup>1,2</sup> und Bohnengemüse <sup>1,7</sup>	Hausgemachte Frikadelle <sup>1,3</sup> mit Bratensoße, dazu Spätzle, zum Nachtisch Obst	Nudeln mit italienischer Kräuter-Tomatensoße, bestreut mit geriebenem Hartkäse	Hähnchen-Medaillons in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, Broccoli, Spätzle <b>BE 3,7</b>	Wirsing Eintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln	Zarter Sauerbraten, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkohl	Kartoffel-Cremesuppe mit Zwiebeln, Lauch, Karotten und Sahne
<b>MI</b> 16.09.	Röhrei <sup>3</sup> auf Rahmspinat <sup>1,7</sup> , dazu Kartoffelpüree <sup>7,12</sup> <b>vegetarisch</b>	Hähnchenknusper Schnitzel <sup>1,3</sup> , dazu Kartoffelpüree <sup>7,12</sup> und Karotten-Maisgemüse <sup>1,7</sup> , zum Nachtisch Fruchtjoghurt <sup>7</sup>	Apfelstrudel mit Vanillesoße	Königsberger Klopse in Kapernsoße, Karottengemüse, Salzkartoffeln  <b>BE 3,6</b>	<b>FRISCHER SALAT</b> Fitness-Salat (bunter Salatmix, mit Putenstreifen, Paprika, Gurke, Sonnenblumenkernen und Essig-Öl-Dressing)	Hähnchenkeule mit Soße, dazu Salzkartoffeln und Apfelrotkohl	Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfelm Schweinefleisch
<b>DO</b> 17.09.	Schweineroulade mit Soße, dazu Spätzle <sup>1,3</sup> und Sommergemüse <sup>7</sup>	Hörnchennudeln mit Tomatensahnesoße <sup>1,4</sup> und geriebenem Parmesan-Käse <sup>7</sup> , zum Nachtisch Obst <b>vegetarisch</b>	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln  <b>BE 3,1</b>	Hackbraten „Esterhazy“ in feiner Bratensoße, mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlröschen, Kartoffelpüree <b>BE 3,3</b>	Blutwurst eine Scheibe, auf Sauerkraut, mit Kartoffelpüree	Rinderbrust in Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote Bete	Grießauflauf mit Pflirsichwürfeln
<b>FR</b> 18.09.	Spirelli-Nudeln <sup>1,3</sup> mit Hackfleischsoße und geriebenem Parmesan-Käse <sup>7</sup> , Salat	Fischhappen <sup>1,3,4</sup> mit grüner Soße <sup>7</sup> , dazu Kartoffeln <sup>1,2</sup> , zum Nachtisch Minidonuts <sup>1,3,7</sup>	Spinat-Kartoffelauflauf mit Sesam und Käse überbacken	Lachsfiletschnitte in Bärlauch-Rahmsoße, Langkorn-Wildreis-mischung mit Gemüse <b>BE 3,8</b>	<b>FRISCHER SALAT</b> Thunfisch-Salat (bunter Salatmix mit Thunfisch, Eier, Tomaten und Essig-Öl-Dressing)	Rindfleisch in pikanter Soße mit Zwiebeln und Paprika, dazu Locken-Nudeln mit Bröseln	Fleischbällchen nach „Mailänder Art“ in fruchtiger Tomatensoße, Käse-Maccaroni
<b>SA</b> 19.09.	Backfisch <sup>1,3,4</sup> mit Remoulade, dazu Kartoffelsalat	Räubereintopf mit Brötchen <sup>1</sup> , zum Nachtisch Schokopudding <sup>7</sup> mit Vanillesoße <sup>7</sup>	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, Finger-möhren und Broccoli, Salzkartoffeln <b>BE 3,2</b>	Rindfleisch in Meerrettichsoße Bohnengemüse, Salzkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Schwäbisches Linsengericht mit einem Paar hausgemachten Wiener Würstchen, Bauernspätzle mit Bröseln	Hessisches Schmand-schnitzel (paniert) in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>SO</b> 20.09.	Rinderbraten mit Soße, dazu Knödel und Rotkraut	Rindergulasch, dazu Knödel <sup>1</sup> und Rotkraut	Eierpfannkuchen mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Hähnchenbrust in feiner Soße mit Apfelwürfeln, Gemüse mit Möhrenstreifen und Romanesco-röschen <b>BE 4,4</b>	Kartoffelsuppe „Nord-deutsche Art“ mit geschnittenen Wiener Würstchen	Kabeljaufilet paniert, dazu Kartoffel-Gemüsegratin	Gulasch vom Schwein, dazu Salzkartoffeln und Frühlingsgemüse

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

# Speiseplan 21.09.2020 bis 27.09.2020

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
<b>MO</b> 21.09.	Schweinebraten mit Soße „Robert“, dazu Kartoffeln <sup>12</sup> und Buttermöhren <sup>7</sup>	Schweinecordonbleu, dazu Kartoffeln <sup>12</sup> und Möhren in Soße <sup>7</sup>	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln  <b>BE 2,7</b>	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen  <b>BE 3,5</b>	Putenhackröllchen auf buntem Gemüse, Salzkartoffeln	Spaghetti „Carbonara“ in milder Käsesoße, verfeinert mit geröstetem Speck	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>DI</b> 22.09.	Schweinerahmgulasch <sup>14</sup> , dazu Semmelknödel und Kaisergemüse	Tortellini <sup>1,3</sup> mit Tomaten-Kräutersoße und geriebenem Parmesan-Käse <sup>7</sup> , zum Nachtisch Obstsalat <b>vegetarisch</b>	Salzkartoffeln mit hessischer „Grüner Soße“ Grüne Soße (cremige kalte Kräutersoße mit Sauerrahm und Ei)	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße, dazu Petersilienkartoffeln und Kohlrabigemüse <b>BE 3,0</b>	Hähnchenbrustfilet „natur“ in würziger Soße, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree	Gemischte Bratenplatte (Rind- und Schweinefleisch), dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse mit Petersilie	Milchreis mit Sauerkirschen
<b>MI</b> 23.09.	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsoße <sup>1,7</sup> , dazu Kartoffeln <sup>12</sup> und Bohnensalat <sup>16</sup>	Hähnchenbrust mit Bratensoße, Stampfkartoffeln <sup>7,12</sup> , zum Nachtisch Obst	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Apfelkompott	2 Fränkische Bratwürste in Soße, dazu Kartoffeln und Kohlrabi  <b>BE 3,3</b>	<b>FRISCHER SALAT</b> Italienischer Salat (bunter Salatmix mit Mozzarella, Gurken, Cocktailtomaten, Paprika und Essig-Öl-Dressing) <b>vegetarisch</b>	Putenrollbraten in Bratensoße, dazu Kartoffelknödeln und Romanobohnen	Soljanka (Eintopf mit Paprika- und Gurkenstreifen und Krakauerwurst und Salamiwürfeln)
<b>DO</b> 24.09.	Schlachtplatte mit Kassler <sup>15</sup> , Brat- und Leberwurst auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree <sup>7,12</sup> , zum Nachtisch Obst	Geflügelfrikadelle <sup>1,3</sup> , dazu Reis sowie Erbsen und Möhren in Soße <sup>1,7</sup> , zum Nachtisch Fruchtquark <sup>7</sup>	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Wirsing, Karotten, Blumenkohl und Erbsen	Jägerbraten in Steinpilzsoße vom Schwein, dazu Salzkartoffeln und Kohlrabi, Karotten und Broccoli in Béchamelsoße <b>BE 3,2</b>	Frikadelle „Rustika“ (Schwein), dazu Kartoffelpüree und Wirsing und Käse, mit Pfannengemüse	2 Rinderrouladen mit Speck-Zwiebelfüllung, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und Apfelrotkohl	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>FR</b> 25.09.	Frikadelle mit Zwiebelsoße, dazu Kartoffelpüree <sup>7,12</sup> und Wirsing-Karottengemüse <sup>1,7</sup>	Kohlrabicremesuppe <sup>1,7</sup> , Pfannkuchen <sup>1,3,7</sup> mit Kompott <b>vegetarisch</b>	Variation aus Nudel-Spezialitäten (Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße)	Alaska-Seelachs-Filet (paniert) mit Remouladensoße, Kartoffeln <b>BE 3,9</b>	<b>FRISCHER SALAT</b> Haus-Salat (bunter Salatmix mit Schinken, Käse, Weißkraut, Paprika, Gurken und Essig-Öl-Dressing)	Zartes Kalbsschnitzel paniert mit Mandelsplittern garniert, in delikater Rahmsoße, dazu Broccoliröschen und Pariser Karotten, Rösti-Ecken	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
<b>SA</b> 26.09.	Frisches Waldpilzragout in Sahnesoße <sup>1,7</sup> , dazu Semmelknödel <sup>1,5,7</sup> <b>vegetarisch</b>	Rührei <sup>3</sup> mit Rahmspinat <sup>1,7</sup> , dazu Kartoffeln <sup>12</sup> , zum Nachtisch Obst <b>vegetarisch</b>	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze	Pfannkuchen mit Quarkfüllung und Heidelbeeren <b>BE 3,6</b>	Weißer Bohneneintopf gewürfelter, gekochter Vorderschinken, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Sellerie und Erbsen	3 Kalbsbratwürste in würziger Bratensoße, dazu Bratkartoffeln mit Zwiebeln und Spinat	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)</b>
<b>SO</b> 27.09.	Gefüllte Paprikaschote mit Soße, dazu Reis	Tagessuppe, Hähnchenragout mit Reis	Champignonintopf in Rahmsoße, dazu Nudeln	Reis-Gemüsetopf mit Rindfleisch  <b>BE 2,3</b>	Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirschaufwurf) mit Zucker und Zimt garniert	Geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln in Soße, dazu Spätzle und grüne Bohnen	Königsberger Klopse in feiner Kapernsoße, Langkorn-Reis mit Erbsen“

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

# Bestellschein 14.09.2020 bis 20.09.2020

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)
<b>MO</b> 14.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>DI</b> 15.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>MI</b> 16.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>DO</b> 17.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>FR</b> 18.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SA</b> 19.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SO</b> 20.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Täglich frisch für Sie gekocht!</b>			<b>Ohne künstliche Zusatzstoffe</b>					<b>Nur zusammen mit Menü 1 bis 7 bestellbar!</b>			

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 \_\_\_\_\_

# Bestellschein 21.09.2020 bis 27.09.2020

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)
<b>MO</b> 21.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>DI</b> 22.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>MI</b> 23.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>DO</b> 24.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>FR</b> 25.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SA</b> 26.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>SO</b> 27.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Täglich frisch für Sie gekocht!</b>			<b>Ohne künstliche Zusatzstoffe</b>					<b>Nur zusammen mit Menü 1 bis 7 bestellbar!</b>			

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 \_\_\_\_\_