

# Speiseplan 11.09.2023 bis 17.09.2023

Wir helfen  
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesempfehlung	2 Lecker & nachhaltig	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Besondere Spezialitäten	7 Lecker & günstig
<b>MO</b> 11.09.	Putenrollbraten in Bratensoße, dazu Kartoffelknödel und Romanobohnen	Spaghetti abgeschmeckt mit einem mediterranen Pesto aus Rucola und Spinat, dazu ausgewähltes Grillgemüse	Hefeklöße mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Puten-Hacksteak mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Kartoffelpüree <b>BE 3,1</b>	Fleischkäse mit Zwiebel-schmelze garniert, dazu Karottengemüse und Stampfkartoffeln	Pfeffergulasch vom Rind in pikanter Soße mit Zwiebeln und Paprika, dazu Locken-Nudeln mit Bröseln	Herzhafter Gemüse-eintopf mit Geflügelklößchen
<b>DI</b> 12.09.	Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut angerichtet, dazu Kartoffelpüree	Paniertes Alaska-See-lachsfilet mit feiner Tomatenfüllung, dazu hausgemachtes Kartoffel-Broccoligratin.	Spiegeleier in Senfsoße dazu Salzkartoffeln <b>BE 3,6</b>	Rindfleisch in Meerrettich-soße mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Milchreis mit Sauerkirschen	Jägerbraten in Steinpilz-soße vom Schwein mit Kohlrabi, Karotten, Broccoli in Béchamelsoße und Salzkartoffeln <b>BE 3,2</b>	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>MI</b> 13.09.	Hacksteak in Rahmsoße dazu Salzkartoffeln und Blumenkohl	Zart-saftiges Hähnchen-brustfilet „Delicia“ in einer Tomaten-Rahmsoße, dazu aromatischer Gemüse-Champignon-Reis	Nudeltaschen mit Gemüse-füllung in Tomatensoße mit Broccoli, Zucchini- und Tomatenwürfeln	Reis-Gemüsetopf mit Rindfleisch <b>BE 2,3</b>	Hähnchenbrust in heller Bratensoße, verfeinert mit Apfelmark, dazu Gemüse-reis mit Möhrenstreifen und Romanescoröschen <b>BE 4,4</b>	Zartes Filet vom Schwein und Hähnchenmedaillons in feiner Rahmsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfele	Schweinegeschnetzeltes in Gemüsesoße mit Kräutern und Locken-nudeln
<b>DO</b> 14.09.	Paniertes Hähnchen-brustfilet auf Wirsing-gemüse mit Salzkartoffeln	Herzhafter Linseneintopf mit Kartoffeln und einem Paar westfälischer Mett-würsten	Kartoffelküchle mit Champignonsoße	Pfannkuchen mit Sauer-kirschfüllung und Vanil-lesoße <b>BE 4,0</b>	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken	„Sieben-Schwaben-Topf“ (paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweine-lendchen in Rahmsoße und Spätzle mit Bröseln)	Hähnchenbrustfilets „Bärlauch“ in Bärlauch-Rahmsoße dazu Zucchini-gemüse und Spätzle
<b>FR</b> 15.09.	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle	Zarte Hähnchenbrustfilet-stücke in hausgemachter Pfeffer-Käsesoße, dazu Kartoffelpüree und Broccoliröschen	Apfelstrudel mit Vanille-soße	Panierter Alaska-See-lachs in Filetform mit Remouladensoße und Kartoffeln <b>BE 3,9</b>	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelstückchen und Schweinefleischwürfeln	Wildlachs in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert dazu Gemüse-reis	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)</b>
<b>SA</b> 16.09.	Geflügelbratwurst mit Kohlrabigemüse, dazu Stampfkartoffeln	Penne-Nudeln in pikant-scharfer Tomatensoße mit Zucchini, Zwiebeln, Auberginen und rotem Chili	Kartoffeltaschen mit Frischkäse-Kräuterfüllung dazu Rahmgemüse	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Szegediner Gulasch (Schwein) mit Sauerkraut und Salzkartoffeln	Cevapcici (Hackfleisch-röllchen) mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt mit bunter Balkansoße und Reis Dubrovnik	Erbseneintopf mit Wiener Würstchen
<b>SO</b> 17.09.	Zwiebelfleisch vom Rind mit geschmorten Zwiebeln in Soße, dazu Spätzle und grüne Bohnen	Althüringer Mutzbraten (Schwein) mit Bier-Senfmarinade, dazu Sauerkraut mit Speck und Salzkartoffeln	Teigtaschen mit Ricotta-Spinatfüllung, in feiner Kräuter-Sahnesoße, garniert mit Pinienkernen	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln <b>BE 2,8</b>	Blutwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Truthahnschnitzel „natur“ in Rahmsoße dazu Fingermöhrrchen, Erbsen und Langkornreis	Pfannkuchen mit Quark-füllung und Heidelbeeren <b>BE 3,6</b>

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Speiseplan 18.09.2023 bis 24.09.2023

Wir helfen  
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	<b>1</b> Tagesempfehlung	<b>2</b> Lecker & nachhaltig	<b>3</b> Vegetarisches Menü	<b>4</b> Schonkost	<b>5</b> Hausmannskost	<b>6</b> Besondere Spezialitäten	<b>7</b> Lecker & günstig
<b>MO</b> 18.09.	Gefüllter Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsoße, dazu Nudeln und Rosenkohl	Fränkische Bratwürste, dazu Kartoffelpüree und saftiges Sauerkraut mit Speck	Omelettrolle mit Spinatfüllung mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln <b>BE 4,3</b>	Kaiserschmarrn mit fruchtigen, gewürfelten Birnen <b>BE 3,5</b>	Hacksteak in Bratensoße mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Chili con carne (Rind) nach mexikanischer Art mit roten Kidney-Bohnen, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>DI</b> 19.09.	Rinderroulade nach „Hausmacher Art“ mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung, dazu Kartoffelpüree und Apfelrotkohl	Pulled Pork „special“ (langsam geschmortes, mariniertes Schweinefleisch), mit deftigem Rahmsauerkraut und gebackenen Kartoffeln	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln <b>BE 4,1</b>	Kalbfleischbällchen in Rahmsoße mit Karottengemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,6</b>	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst	Zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen, Fingermöhrrchen und Spätzle	Wirsingeintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
<b>MI</b> 20.09.	Schweinebraten in herzhafter Soße, dazu Salzkartoffeln und Rosenkohl	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu lockerer Basmati-Reis.	Nudelplatte mit Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln <b>BE 3,3</b>	Haxenfleisch (Schwein) gewürfelt und gepökelt auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)</b>
<b>DO</b> 21.09.	Linsengericht nach „Schwäbische Art“ mit einem Paar Wiener Würstchen, dazu Spätzle mit Bröseln	Oma's Fleischpflanzerl mit rauchigem Speck, in einer dunklen Bier-Zwiebelsoße, dazu knackiges Gemüse und Salzkartoffeln	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Karotten, Blumenkohl und Erbsen <b>BE 3,7</b>	Grillbraten in milder Bratensoße mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Ofenschlupfer (süßer Brötchen-Apfelauflauf, mit Sahne verfeinert und Sauerkirschen)	Paniertes Schweineschnitzel in Rahmsoße, verfeinert mit Weinbrand, mit pfeffriger Garnitur, dazu buntes Gemüse und Bratkartoffeln	Schaschlikpfanne gewürfeltes Schweinefleisch in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken dazu Langkorn-Reis
<b>FR</b> 22.09.	Gulasch vom Schwein in Bratensoße, dazu Gemüserais	Saftiges Alaska-Seeleachsfilet mit einer Kräuterauflage, dazu Kartoffelgratin	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze	2 Kalbsbratwürste in milder Soße mit Romanesco-Gemüse und Kartoffeln <b>BE 2,3</b>	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße mit Spätzle-Nudeln	Kabeljaufiletschnitte in Dillrahmsoße mit Kartoffeln <b>BE 3,6</b>	Grießauflauf mit Pfirsichwürfeln
<b>SA</b> 23.09.	Schweinebraten nach „Bayrische Art“ in Bratensoße, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkraut	Deftige Nudelkreation (Allgäuer Käsespätzle, Gemüsemautaschen und Bandnudeln mit feiner Pilz-Rahmsoße, abgeschmeckt mit Weißwein	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis	Putenkeulenbraten in Rahmbratensoße mit Mangoldgemüse und Kartoffelknödeln <b>BE 3,2</b>	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittene Krakauer	Zarte Rindfleischstreifen in dunkler Senfsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfe	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>SO</b> 24.09.	2 Kalbsbratwürste in Soße, dazu Kartoffelpüree und Spinat	Erbseneintopf mit einem Paar Debrecziner Würstchen, verfeinert mit Suppengrün und Blattspinat	Gnocchi alla Roma in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße, mit Sahne verfeinert und mit Kirschtomaten garniert	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Blumenkohl in Béchamelsoße und Petersilienkartoffeln <b>BE 3,9</b>	Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße <b>BE 3,7</b>	Königsberger Klopse in Kapernsoße dazu Langkorn-Reis mit Erbsen	Gulasch vom Schwein mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Bestellschein 11.09.2023 bis 17.09.2023

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesempfehlung	2 Lecker & nachhaltig	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Besondere Spezialitäten	7 Lecker & günstig	A Dessert Pudding	B Dessert Joghurt
<b>MO</b> 11.09.	<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"/>
<b>DI</b> 12.09.	<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"/>
<b>MI</b> 13.09.	<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"/>
<b>DO</b> 14.09.	<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"/>
<b>FR</b> 15.09.	<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"/>
<b>SA</b> 16.09.	<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"/>
<b>SO</b> 17.09.	<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"/>

Alle Menüs 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 \_\_\_\_\_

# Bestellschein 18.09.2023 bis 24.09.2023

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesempfehlung	2 Lecker & nachhaltig	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Besondere Spezialitäten	7 Lecker & günstig	A Dessert Pudding	B Dessert Joghurt
<b>MO</b> 18.09.	<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"/>
<b>DI</b> 19.09.	<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"/>
<b>MI</b> 20.09.	<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"/>
<b>DO</b> 21.09.	<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"/>
<b>FR</b> 22.09.	<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"/>
<b>SA</b> 23.09.	<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"/>
<b>SO</b> 24.09.	<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"/>

Alle Menüs 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 \_\_\_\_\_