

Speiseplan 29.01.2024 bis 04.02.2024

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
MO 29.01.	Kasseler Nacken mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Königsberger Klopse in einer feinen Kapern-Rahmsoße mit Weißwein, dazu Petersilienkartoffeln	Kartoffeltaschen mit Frischkäse-Kräuterfüllung dazu Rahmgemüse	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen BE 3,5	Schaschlikpfanne gewürfeltes Schweinefleisch in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken dazu Langkorn-Reis	Geschmorte Schweineschulter in Soße, dazu Gemüse und Salzkartoffeln	Quarkkeulchen „Sächsische Art“ goldgelb gebacken dazu Apfelmark
DI 30.01.	Geflügelbratwurst mit Kohlrabigemüse und Stampfkartoffeln	Herzhafter Linseneintopf mit Kartoffeln und einem Paar geräucherten, gekochten Westfälischen Mettwürsten	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze	Puten-Hacksteak mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Kartoffelpüree BE 3,1	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße	„Sieben-Schwaben-Topf“ (paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweinelendchen in Rahmsoße und Spätzle mit Bröseln)	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
MI 31.01.	Frikadelle aus würzigem Hackfleisch in fruchtiger Tomatensoße mit Paprikawürfeln, dazu Reis	Penne-Nudeln in pikant-scharfer Tomatensoße mit Zucchini, Zwiebeln, Auberginen und rotem Chili	Omelettrolle mit Spinatfüllung mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln BE 4,3	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln BE 2,8	Gulasch vom Schwein in Bratensoße und Gemüsereis	Truthahnschnitzel „natur“ in Rahmsoße dazu Fingermöhrrchen, Erbsen und Langkornreis	Hackbraten in Soße, mit Steckerrübenstreifen in heller Soße, verfeinert mit Petersilie, dazu Salzkartoffeln
DO 01.02.	2 Pfefferfrikadellen in Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und grüne Bohnen,	Grünes Thai-Gemüsecurry mit ausgewählten Gemüsesorten und lockerem Basmati-Reis	Hefeklöße mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln BE 3,3	Hähnchenbrust in heller Bratensoße, verfeinert mit Apfelmark, dazu Gemüsereis mit Möhrenstreifen und Romanesco-Röschen BE 4,4	Rindergeschnetztes „Delicato“ (zarte Rindfleischstreifen) in dunkler Senfsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfe	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße und Langkorn-Reis
FR 02.02.	Wildlachs in Sahnsoße, mit Zitrone verfeinert dazu Gemüseris	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke in hausgemachter Pfeffer-Käsesoße, dazu Kartoffelpüree und Broccoliröschen	Nudelpfanne mit Schlingl-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl BE 4,2	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,4	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittene Krakauer	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
SA 03.02.	Rinderbrust in Meerrettichsoße mit Rote Bete und Petersilienkartoffeln	6 goldbraun gebackene Reibekuchen mit fruchtigem Apfelmark	Gnocchi alla Roma in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße, mit Sahne verfeinert und mit Kirschtomaten garniert	2 Kalbsbratwürste in milder Soße mit Romanesco-Gemüse und Kartoffeln BE 2,3	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst	Zarte Entenkeule in Bratapfelfoße, dazu Apfelrotkohl und hausgemachte Kartoffelklöße	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SO 04.02.	Panierte Jagdwurst in Bratensoße, dazu Bayrisch Kraut und Salzkartoffeln	Cevapcici mit Zwiebeln und einer würzigen Knoblauchnote, mit einer Balkansoße und Reis Dubrovnik	Broccoli-Bandnudeln in Pilz-Sahnsoße	Hühnerfrikassee mit Karottengemüse mit Petersilie und Langkorn-Reis BE 3,8	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße mit Spätzle-Nudeln	Deftiger Schweinsbraten in Bratensoße mit Kümmel, dazu Sauerkraut mit Speck und hausgemachte Semmelknödel	Herzhafter Gemüseeintopf mit Geflügelklößchen

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 05.02.2024 bis 11.02.2024

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
MO 05.02.	Rinderroulade „Hausmacher Art“ mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree	Rucola-Spinat-Spaghetti mit mediterranem Pesto aus Rucola und Spinat, dazu ausgewähltes Grillgemüse	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Zwetschgenkompott	Bunter Gemüseeintopf mit Mini-Hackfleischklößchen BE 1,8	Hacksteak auf Wirsing mit Salzkartoffeln	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 06.02.	Kalbsfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis	Fränkische Bratwürste, dazu saftiges Sauerkraut mit Speck und Kartoffelpüree	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Karotten, Blumenkohl und Erbsen BE 3,7	Hähnchen-Medaillons in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, dazu Broccoli und Knöpfle-Spätzle BE 4,0	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelstückchen und Schweinefleischwürfeln	Cevapcici Hackfleischröllchen mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt mit bunter Balkansoße und Reis Dubrovnik	Grießbrei mit Mandarinen BE 3,9
MI 07.02.	Putengeschnetzeltes in Bratensoße mit Erbsen und Reis	Bergbauern-Schnitzel (Schwein) überbacken mit Gouda in einer Champignon-Weißwein-Sahnesoße mit Blattspinat, dazu Speck-Kartoffelknödel	Deftige Nudelkreation aus Käsespätzle „Allgäuer Art“, Gemüseaultaschen und Bandnudeln mit Pilzrahmsauce, verfeinert mit Weißwein	Grillbraten in milder Bratensoße mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln BE 3,0	Kalbfleischbällchen in Rahmsauce mit Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,6	Zwiebelfleisch (geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln) in Soße dazu grüne Bohnen und Spätzle	Würstchengulasch in Tomatensahnesauce mit Karotten, Broccoli, Blumenkohl, Erbsen und Hörnchennudeln
DO 08.02.	Alaska-Seelachs paniert in Filetform mit Kräuter-Senfsoße und Petersilienkartoffeln	Erbseneintopf mit einem Paar hausgemachter Debrecziner Würstchen, verfeinert mit Suppengrün und Blattspinat	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln BE 4,1	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln BE 3,0	Nudeln mit Hackfleischsoße pikant gewürztes (Rind- und Kalbfleisch), geriebener Käse	Feine Hähnchenbrustfiletstücke in würziger Pfeffer-Käsesoße mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
FR 09.02.	Paniertes Hähnchenbrustfilet auf Wirsinggemüse mit Salzkartoffeln	Knusprig paniertes Alaska-Seelachsfilet mit einer feinen Tomatenfüllung, dazu hausgemachtes Kartoffel-Broccoligratin	Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricotta-Füllung in Kräuter-Sahnesoße	Hackbraten „Esterhazy“ in feiner Bratensoße mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlröschen, dazu Salzkartoffeln BE 3,9	Linsengericht nach „Schwäbische Art“ mit einem Paar Wiener Würstchen dazu Spätzle mit Bröseln	Kräuterfisch Alaska-See-lachsfilet mit Kräutercreme, garniert mit Käse dazu eine bunte Gemüseplatte und Salzkartoffeln	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken
SA 10.02.	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke in einer Rahmsauce, verfeinert mit vier Pfeffer-sorten, dazu hausgemachtes Steinpilzrisotto	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis	Saftiger Rinderbraten in Bratensoße mit Kohlrabi-Steckrübengemüse in heller Soße, dazu Petersilienkartoffeln BE 3,1	Putengulasch dazu Broccoli, Karotten und Salzkartoffeln	Chili con carne typisches Hackfleischgericht (Rind) nach mexikanischer Art mit roten Kidney-Bohnen, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
SO 11.02.	Gefüllter Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsauce dazu Rosenkohl und Schlingel-Nudeln	Pulled Pork „special“: Langsam geschmortes, mariniertes Schweinefleisch, mit deftigem Rahmsauerkraut und gebackenen Kartoffeln	Nudeltaschen mit Gemüsefüllung in Tomatensoße mit Broccoli, Zucchini- und Tomatenwürfeln	Kaiserschmarrn mit fruchtigen, gewürfelten Birnen BE 3,5	2 Kalbsbratwürste in Soße, Spinat und Kartoffelpüree	Jägerklößchen Hackfleischklößchen in Pilzrahmsauce mit Kohlrabi-Steckrübengemüse und bunten Nudeln	2 Frikadellen in herzhafter Soße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Bestellschein 29.01.2024 bis 04.02.2024

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
MO 29.01.	<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"/>
DI 30.01.	<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"/>
MI 31.01.	<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 01.02.	<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 02.02.	<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 03.02.	<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"/>
SO 04.02.	<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 05.02.2024 bis 11.02.2024

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
MO 05.02.	<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"/>
DI 06.02.	<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 07.02.	<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 08.02.	<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"/>
FR 09.02.	<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 10.02.	<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"/>
SO 11.02.	<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 _____