

# Speiseplan 12.09.2022 bis 18.09.2022

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> 12.09.	Kasseler Nacken mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Fleischbällchen „Maidländer Art“ in fruchtiger Tomatensoße und mit buntem Gemüse, dazu Käse-Maccaroni.	2 Spiegeleier auf Spinat mit Salzkartoffeln <b>BE 4,0</b>	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen <b>BE 3,5</b>	Schaschlikpfanne gewürfeltes Schweinefleisch in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken dazu Langkorn-Reis	Hähnchenkeule „Landfrau“ auf einem Gemüsebett aus Wirsing und Karotten, dazu Salzkartoffeln	Quarkkeulchen „Sächsische Art“ goldgelb gebacken dazu Apfelmark
<b>DI</b> 13.09.	Geflügelbratwurst mit Kohlrabigemüse und Stampfkartoffeln	Herzhafter Linseneintopf mit Kartoffeln und 1 Paar geräucherten, gekochten Westfälischen Mettwürsten	Käsespätzle mit Zwiebelschmelze	Puten-Hacksteak mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Kartoffelpüree <b>BE 3,1</b>	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße	„Sieben-Schwaben-Topf“ (paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweinelendchen in Rahmsoße und Spätzle mit Bröseln)	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>MI</b> 14.09.	Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch, in würziger Soße dazu Reis	Pasta piccante Penne-Nudeln in pikant-scharfer Tomatensoße mit Zucchini, Zwiebeln, Auberginen und rotem Chili.	Omelettrolle mit Spinatfüllung mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln <b>BE 4,3</b>	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln <b>BE 2,8</b>	Gulasch vom Schwein in Bratensoße und Gemüsereis	Truthahnschnitzel „natur“ in Rahmsoße dazu Fingermöhrrchen, Erbsen und Langkornreis	Gehacktes Stippe mit Zwiebeln und Petersilien-Kartoffelpüree
<b>DO</b> 15.09.	2 Pfefferfrikadellen in Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und grüne Bohnen,	Steinpilz-Ragout mit Gemüsemautaschen in einer Sahnesoße, verfeinert mit Lauchzwiebeln.	Hefeklöße mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln <b>BE 3,3</b>	Hähnchenbrust in heller Bratensoße, verfeinert mit Apfelmark, dazu Gemüsereis mit Möhrenstreifen und Romanesco-Röschen <b>BE 4,4</b>	Pikantes Rindergulasch mit Erbsen, Fingermöhrrchen und Kartoffelschmarrn	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße und Langkorn-Reis
<b>FR</b> 16.09.	Wildlachs in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert dazu Gemüsereis	Hähnchen „Swiss Style“ in hausgemachter Pfeffer-Käsesoße, mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree	Nudelpfanne mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl <b>BE 4,2</b>	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,4</b>	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittene Krakauer	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
<b>SA</b> 17.09.	Rinderbrust in Meerrettichsoße mit Rote Bete und Petersilienkartoffeln	Geschnittene Gemüsemautaschen mit Spargelgemüse und Cherrytomaten in köstlicher Bärlauch-Sahnesoße	Gnocchi alla Roma in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße, mit Sahne verfeinert und mit Kirschtomaten garniert	2 Kalbsbratwürste in milder Soße mit Romanesco-Gemüse und Kartoffeln <b>BE 2,3</b>	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst	Filettöpfchen „Jäger Art“ (zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen, Fingermöhrrchen und Spätzle)	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)</b>
<b>SO</b> 18.09.	Panierte Jagdwurst in Bratensoße, dazu Bayrisch Kraut und Salzkartoffeln	pikant gewürzte Gulaschsuppe mit Rindfleisch, Gemüsepaprika und Kartoffelwürfeln	Hausgemachtes Grünkernküchle im Gemüsebett mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln <b>BE 4,3</b>	Hühnerfrikassee mit Karottengemüse mit Petersilie und Langkorn-Reis <b>BE 3,8</b>	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 19.09.2022 bis 25.09.2022

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> 19.09.	Rinderroulade „Hausmacher Art“ mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree	Spaghetti abgeschmeckt mit einem mediterranen Pesto aus Rucola und Spinat, dazu ausgewähltes Grillgemüse	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Zwetschgenkompott	Bunter Gemüseeintopf mit Mini-Hackfleischklößchen  <b>BE 1,8</b>	Hacksteak auf Wirsing mit Salzkartoffeln	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>DI</b> 20.09.	Schwarzwurzeln mit Hackfleischklößchen in heller Soße dazu Salzkartoffeln	Hausgemachte fränkische Bratwürste, dazu saftiges Sauerkraut mit Speck und Kartoffelpüree	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Karotten, Blumenkohl und Erbsen  <b>BE 3,7</b>	Hähnchen-Medaillons in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, dazu Broccoli und Knöpfle-Spätzle <b>BE 4,0</b>	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelstückchen und Schweinefleischwürfeln	Gefüllte Paprika mit würziger Hackfleischfüllung in Tomatensoße, dazu Kräuterreis	Grießbrei mit Mandarinen  <b>BE 3,9</b>
<b>MI</b> 21.09.	Putengeschnetzeltes in Bratensoße mit Erbsen und Reis	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu lockerer Basmati-Reis	Gemüsepfanne mit Mini-Gemüsemaultaschen, Karotten, rote Paprika, Erbsen, Mais und Champignons	Grillbraten in milder Bratensoße mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Kalbfleischbällchen in Rahmsoße mit Karottengemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,6</b>	Zwiebelfleisch (geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln) in Soße dazu grüne Bohnen und Spätzle	Würstchengulasch in Tomatensahnesoße mit Karotten, Broccoli, Blumenkohl, Erbsen und Hörnchennudeln
<b>DO</b> 22.09.	Alaska-Seelachs paniert in Filetform mit Kräuter-Senfsoße und Petersilienkartoffeln	Klassischer Erbseneintopf, mit 1 Paar hausgemachten Debrecziner Würstchen, verfeinert mit Suppengrün und Blattspinat	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln  <b>BE 4,1</b>	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Nudeln mit Hackfleischsoße pikant gewürztes (Rind- und Kalbfleisch), geriebener Käse	Zartes Filet vom Schwein und Hähnchenmedaillons in feiner Rahmsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfele	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)</b>
<b>FR</b> 23.09.	Hähnchenbrustfilet paniert 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-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße	Hackbraten „Esterhazy“ in feiner Bratensoße mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlrischen, dazu Salzkartoffeln <b>BE 3,9</b>	Linsengericht nach „Schwäbische Art“ mit 1 Paar Wiener Würstchen dazu Spätzle mit Bröseln	Kabeljaufilet paniert, dazu Kartoffel-Gemüsegratin	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken
<b>SA</b> 24.09.	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke in einer Rahmsoße, verfeinert mit 4 verschiedenen Pfeffersorten, dazu unser hausgemachtes Steinpilzrisotto	Bunter Gemüse-Mix (Blumenkohlrischen, Fingermöhrrchen, Erbsen und Romanobohnen, mit Sauce à la Hollandaise und Salzkartoffeln)	Saftiger Rinderbraten mit Schwarzwurzeln und Petersilienkartoffeln  <b>BE 3,1</b>	Putengulasch dazu Broccoli, Karotten und Salzkartoffeln	Chili con carne typisches Hackfleischgericht (Rind) nach mexikanischer Art mit roten Kidney-Bohnen, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>SO</b> 25.09.	Gefüllter Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsoße dazu Rosenkohl und Schlingl-Nudeln	Pulled Pork (geschmortes, mariniertes Schweinefleisch, dazu ausgewähltes Grillgemüse und Süßkartoffeln, in einer rauchigen Barbecue-Soße	Spaghetti alla Napoli mit fruchtiger Tomatensoße und Weißwein verfeinert	Kaiserschmarrn mit fruchtigen, gewürfelten Birnen  <b>BE 3,5</b>	2 Kalbsbratwürste in Soße, Spinat und Kartoffelpüree	Hähnchenkeule mit Soße, Apfelrotkohl und Salzkartoffeln	Königsberger Klopse in feiner Kapernsoße dazu Langkorn-Reis mit Erbsen

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Bestellschein 12.09.2022 bis 18.09.2022

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> 12.09.	<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> 13.09.	<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> 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>DO</b> 15.09.	<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> 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>SA</b> 17.09.	<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> 18.09.	<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 19.09.2022 bis 25.09.2022

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> 19.09.	<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> 20.09.	<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> 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>DO</b> 22.09.	<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>FR</b> 23.09.	<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> 24.09.	<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> 25.09.	<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 \_\_\_\_\_