

Speiseplan 02.01.2023 bis 08.01.2023

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
MO 02.01.	Kasseler Nacken mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Fleischbällchen „Maidländer Art“ in fruchtiger Tomatensoße, dazu Käse-Maccaroni und buntes Gemüse	2 Spiegeleier auf Spinat mit Salzkartoffeln BE 4,0	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen BE 3,5	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
DI 03.01.	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 04.01.	Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch, in würziger Soße 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	Gehacktes Stippe mit Zwiebeln und Petersilien-Kartoffelpüree
DO 05.01.	2 Pfefferfrikadellen in Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und grüne Bohnen,	Steinpilz-Ragout mit Gemüsemaultaschen in einer Sahnesoße, verfeinert mit Lauchzwiebeln.	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 Romanescoröschen BE 4,4	Pikantes Rindergulasch mit Erbsen, Fingermöhrrchen und Kartoffelschmarrn	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße und Langkorn-Reis
FR 06.01.	Wildlachs in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert dazu Gemüseris	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke in hausgemachter Pfeffer-Käsesoße, dazu Kartoffelpüree und Broccoliröschen	Nudelpfanne mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl BE 4,2	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,4	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittene Krakauer	Zarte Entenkeule in Bratapfelsoße, dazu Apfelrotkohl und gekochte, hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
SA 07.01.	Rinderbrust in Meerrettichsoße mit Rote Bete und Petersilienkartoffeln	Geschnittene Gemüsemaultaschen mit feinem Spargelgemüse und Cherrytomaten in 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 BE 2,3	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst	Filettöpfchen „Jäger Art“ (zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen, Fingermöhrrchen und Spätzle)	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SO 08.01.	Panierte Jagdwurst in Bratensoße, dazu Bayrisch Kraut und Salzkartoffeln	Cevapcici mit Zwiebeln und einer würzigen Knoblauchnote, mit einer Balkansoße und Reis Dubrovnik	Hausgemachtes Grünkernküchle im Gemüsebett mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln BE 4,3	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 Gemüseintopf mit Geflügelklößchen

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 09.01.2023 bis 15.01.2023

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
MO 09.01.	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 10.01.	Schwarzwurzeln mit Hackfleischklößchen in heller Soße dazu Salzkartoffeln	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	Gefüllte Paprika mit würziger Hackfleischfüllung in Tomatensoße, dazu Kräuterreis	Grießbrei mit Mandarinen BE 3,9
MI 11.01.	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 BE 3,0	Kalbfleischbällchen in Rahmsoße mit Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,6	Zwiebelfleisch (geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln) in Soße dazu grüne Bohnen und Spätzle	Würstchengulasch in Tomatensahnesoße mit Karotten, Broccoli, Blumenkohl, Erbsen und Hörnchennudeln
DO 12.01.	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	Zartes Filet vom Schwein und Hähnchenmedaillons in feiner Rahmsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfele	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
FR 13.01.	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-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße	Hackbraten „Esterhazy“ in feiner Bratensoße mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlrischen, dazu Salzkartoffeln BE 3,9	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
SA 14.01.	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke in einer Rahmsoße, verfeinert mit vier Pfefferarten, dazu hausgemachtes Steinpilzrisotto	Bunter Gemüse-Mix (Blumenkohlrischen, Fingermöhrrchen, Erbsen und Romanobohnen, mit Sauce à la Hollandaise und Salzkartoffeln)	Saftiger Rinderbraten mit Schwarzwurzeln und 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 15.01.	Gefüllter Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsoße dazu Rosenkohl und Schlingl-Nudeln	Langsam 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 BE 3,5	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 02.01.2023 bis 08.01.2023

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
MO 02.01.	<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 03.01.	<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 04.01.	<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 05.01.	<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"/>
FR 06.01.	<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"/>
SA 07.01.	<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"/>
SO 08.01.	<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"/>

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 09.01.2023 bis 15.01.2023

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
MO 09.01.	<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"/>
DI 10.01.	<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"/>
MI 11.01.	<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 12.01.	<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"/>
FR 13.01.	<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"/>
SA 14.01.	<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"/>
SO 15.01.	<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"/>

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 _____