

Speiseplan 07.10.2024 bis 13.10.2024

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 07.10.	Putenrollbraten in Bratensoße, mit Romanobohnen und Kartoffelknödeln	Rucola-Spinat-Spaghetti mit einem mediterranen Pesto aus Rucola und Spinat, dazu ausgewähltes Grillgemüse	Feine Pilzauswahl in Sahnesoße, mit Weißwein abgeschmeckt dazu breite Bandnudeln	Puten-Hacksteak mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Kartoffelpüree BE 3,1	Fleischkäse mit Zwiebel schmelze garniert, dazu Karottengemüse und Stampfkartoffeln	Pfeffergulasch (Rind) in pikanter Soße mit Zwiebeln und Paprika, dazu Locken-Nudeln mit Bröseln	Herzhafter Gemüse-eintopf mit Geflügelklößchen
DI 08.10.	Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut, mit Kartoffelpüree	Paniertes Alaska-See-lachsfilet mit einer feinen Tomatenfüllung, dazu unser hausgemachtes Kartoffel-Broccoligratin	Spiegeleier in Senfsoße dazu Salzkartoffeln BE 3,6	Rindfleisch in Meerrettich-soße mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln BE 3,0	Grießbrei mit Früchten (Erdbeeren, Sauerkirschen und Pfirsichwürfel)	Jägerbraten (Schwein) in Steinpilzsoße mit Kohlrabi, Karotten, Broccoli in Béchamelsoße und Salzkartoffeln BE 3,2	Vollwertiges Überraschungs Menü mit Fleisch
MI 09.10.	Hacksteak in Rahmsoße dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln	Hähnchenbrust „Delicia“ in einer Tomaten-Rahmsoße, dazu aromatischer Gemüse-Champignon-Reis	Nudeltaschen mit Gemüsefüllung in Tomatensoße mit Broccoli, Zucchini- und Tomatenwürfeln	Reis-Gemüsetopf mit Rindfleisch BE 2,3	Hähnchenbrust in heller Bratensoße, verfeinert mit Apfelmark, dazu Gemüse-reis mit Möhrenstreifen und Romanescoröschen BE 4,4	Zartes Filet vom Schwein und Hähnchenmedaillons in feiner Rahmsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfele	Schweinegeschnetzeltes in Gemüsesoße mit Kräutern und Locken-nudeln
DO 10.10.	Paniertes Hähnchenbrust-filet auf Wirsinggemüse mit Salzkartoffeln	Herzhafter Linseneintopf mit Kartoffeln und einem Paar geräucherten, gekochten Westfälischen Mettwürsten	Kartoffelküchle mit Champignonsoße	Pfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanille-soße BE 4,0	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken	„Sieben-Schwaben-Topf“ (paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweine-lendchen in Rahmsoße und Spätzle mit Bröseln)	Hähnchenbrustfilets in Bärlauch-Rahmsoße dazu Zucchini-gemüse und Spätzle
FR 11.10.	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle	Zarte Hähnchenbrustfilet-stücke in hausgemachter Pfeffer-Käsesoße, mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree	Apfelstrudel mit Vanille-soße	Paniertes Alaska-See-lachs (in Filetform) mit Remouladensoße und Kartoffeln BE 3,9	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelstückchen und Schweinefleischwürfeln	Wildlachs in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert dazu Gemüse-reis	Vollwertiges Überraschungs Menü (vegetarisch)
SA 12.10.	Geflügelbratwurst mit Kohlrabigemüse und 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 BE 3,0	Szegediner Gulasch (Schwein) mit Sauerkraut und Salzkartoffeln	Cevapcici mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt mit bunter Balkansoße und Reis Dubrovnik	Erbseneintopf mit Wiener Würstchen
SO 13.10.	Geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln in Soße dazu grüne Bohnen und Spätzle	Althüringer Mutzbraten (Schwein) mit einer Bier-Senfmarinade, auf Sauerkraut mit Speck, dazu Salzkartoffeln	Köstliche Teigtaschen mit Ricotta-Spinatfüllung, in feiner Kräuter-Sahnesoße, garniert mit Pinienkernen	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln BE 2,8	Blutwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Truthahnschnitzel „natur“ in Rahmsoße dazu Finger-möhrrchen, Erbsen und Langkornreis	Pfannkuchen mit Quark-füllung und Heidelbeeren BE 3,6

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 14.10.2024 bis 20.10.2024

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 14.10.	Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsoße dazu Rosenkohl und Schlingli-Nudeln	Hausgemachte fränkische Bratwürste, dazu saftiges Sauerkraut mit Speck und Kartoffelpüree	Omelettrolle mit Spinatfüllung mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln BE 4,3	Kaiserschmarrn mit fruchtigen, gewürfelten Birnen BE 3,5	Hacksteak in Bratensoße mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Chili con carne (Rind) nach mexikanischer Art mit roten Kidney-Bohnen, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 15.10.	Rinderroulade mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree	„Pulled Pork (mariniertes, langsam geschmortes, Schweinefleisch) mit deftigem Rahmsauerkraut und gebackenen Kartoffeln	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln BE 4,1	Kalbfleischbällchen in Rahmsoße mit Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,6	Linteneintopf mit gekochter Mettwurst	Zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen, Fingermöhren und Spätzle	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
MI 16.10.	Schweinebraten in herzhafter Soße dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu lockerer Basmati-Reis	Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln BE 3,3	Haxenfleisch (Schwein) gewürfelt und gepökelt auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü (vegetarisch)
DO 17.10.	„Schwäbisches Linsengericht“ mit einem Paar Wiener Würstchen dazu Spätzle mit Bröseln	Oma's Fleischpflanzerl mit rauchigem Speck, in einer dunklen Bier-Zwiebelsoße, dazu Gemüse und Salzkartoffeln	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Karotten, Blumenkohl und Erbsen BE 3,7	Grillbraten in milder Bratensoße mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln BE 3,0	Ofenschlupfer (süßer Brötchen-Apfelauflauf) mit Sahne verfeinert und Sauerkirschen	Paniertes Pfefferschnitzel (Schweine) in Rahmsoße, verfeinert mit Weinbrand, mit pfeffriger Garnitur, dazu buntes Gemüse und Bratkartoffeln	Schaschlikpfanne in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken dazu Langkorn-Reis
FR 18.10.	Schweinegulasch in Bratensoße und Gemüsereis	Saftiges Alaska-Seeleachsfilet mit einer Kräuterauflage, dazu Kartoffelgratin.	Käsespätzle mit Zwiebelschmelze	Zwei Kalbsbratwürste in milder Soße mit Romanesco-Gemüse und Kartoffeln BE 2,3	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße mit Spätzle-Nudeln	Kabeljaufiletschnitte in Dillrahmsoße mit Kartoffeln BE 3,6	Grießauflauf mit Pflirsichwürfeln
SA 19.10.	Schweinebraten nach „Bayrische Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkraut und gekochte Kartoffelklöße	Käsespätzle nach „Allgäuer Art“, Gemüsemaultaschen und Bandnudeln mit unserer feinen Pilz-Rahmsoße, abgeschmeckt mit Weißwein	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis	Putenkeulenbraten in Rahmbratensoße mit Mangoldgemüse und Kartoffelknödeln BE 3,2	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittene Krakauer	Rindergeschnetzeltes „Delicato“ in dunkler Senfsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfe	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
SO 20.10.	Zwei Kalbsbratwürste in Soße, Spinat und Kartoffelpüree	Klassischer Erbseneintopf mit einem Paar hausgemachter Debrecziner Würstchen	Gnocchi alla Roma in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße, mit Sahne verfeinert und mit Kirschtomaten garniert	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Blumenkohl in Béchamelsoße und Petersilienkartoffeln BE 3,9	Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße BE 3,7	Königsberger Klopse in Kapernsoße dazu Langkorn-Reis mit Erbsen	Gulasch vom Schwein mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Bestellschein 07.10.2024 bis 13.10.2024

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 07.10.	<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 08.10.	<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 09.10.	<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 10.10.	<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 11.10.	<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"/>
SA 12.10.	<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"/>
SO 13.10.	<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 14.10.2024 bis 20.10.2024

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 14.10.	<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 15.10.	<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 16.10.	<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"/>
DO 17.10.	<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 18.10.	<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 19.10.	<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 20.10.	<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 _____