

Speiseplan 20.07.2020 bis 26.07.2020

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & Günstig
MO 20.07.	Cordon Bleu ^{1,3} (Schwein), dazu Kartoffeln ¹² und Schwarzwurzeln in Soße ^{1,7}	Grillsteak, dazu Kartoffeln ¹² und Schwarzwurzeln in Soße	Frühlingstopf mit Grießklößchen BE 1,7	Königsberger Klopse in Kapernsoße, Karottengemüse, Salzkartoffeln BE 3,6	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken	Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
DI 21.07.	Odenwälder Bratwurst mit Soße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Erbsen-Karottengemüse ^{1,7}	Knusperschnitzel ^{1,3} (Hähnchen) mit Bratensoße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} , zum Nachtisch Obst	Nudeln mit italienischer Kräuter-Tomatensoße, bestreut mit geriebenem Hartkäse	Hähnchen-Medaillons in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, Broccoli, Spätzle BE 3,7	Wirsingeintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln	Zarter Sauerbraten, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkohl	Kartoffel-Cremesuppe mit Zwiebeln, Lauch, Karotten und Sahne
MI 22.07.	Schweinegulasch mit Paprika, dazu Rigatoni-Nudeln ^{1,3} und Sommergemüse	Karottencremesuppe ^{1,7} , Apfelpfannkuchen ¹³ mit Vanillesoße ^{3,7} vegetarisch	Apfelstrudel mit Vanillesoße	Gemüseintopf mit Rindfleisch Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln BE 1,4	FRISCHER SALAT Fitness-Salat (bunter Salatmix, mit Putenstreifen, Paprika, Gurke, Sonnenblumenkernen und Essig-Öl-Dressing)	Hähnchenkeule mit Soße, dazu Salzkartoffeln und Apfelrotkohl	Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfeltem Schweinefleisch
DO 23.07.	Erbseneintopf mit 1 Paar Wienerle Würstchen ¹⁵ und Brötchen ¹ , zum Nachtisch Kuchen ^{1,3,7}	Gnocchi ¹³ mit Bolognese-Soße (Rind) und geriebenem Parmesankäse ⁷ , zum Nachtisch Fruchtjoghurt ¹⁴	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln BE 3,1	Hackbraten „Esterhazy“ in feiner Bratensoße, mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlrischen, Kartoffelpüree BE 3,3	Blutwurst eine Scheibe, auf Sauerkraut, mit Kartoffelpüree	Rinderbrust in Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln und Rote Bete	Grießauflauf mit Pfirsichwürfeln
FR 24.07.	Gebackener Fisch ^{1,3} mit Remoulade ^{3,7} , dazu garnierter Kartoffelsalat ¹⁶	Putengeschnetzeltes mit Gemüse, dazu Reis, zum Nachtisch Obst	Spinat-Kartoffelauflauf mit Sesam und Käse überbacken	Lachsfiletschnitte in Bärlauch-Rahmsoße, Langkorn-Wildreismischung mit Gemüse BE 3,8	FRISCHER SALAT Thunfisch-Salat (bunter Salatmix mit Thunfisch, Eier, Tomaten und Essig-Öl-Dressing)	Rindfleisch in pikanter Soße mit Zwiebeln und Paprika, dazu Locken-Nudeln mit Bröseln	Fleischbällchen nach „Mailänder Art“ in fruchtiger Tomatensoße, Käse-Maccaroni
SA 25.07.	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsoße ⁷ , dazu Kartoffeln ¹² und Rote Beete ¹⁶	Geflügelfleischwurst, dazu Dampfkartoffeln ¹² und Kohlrabi in Soße ^{1,7} , zum Nachtisch Obstsalat	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, Finger-möhren und Broccoli, Salzkartoffeln BE 3,2	Hähnchenbrust in feiner Soße mit Apfelwürfeln, Gemüseries mit Möhrenstreifen und Romanesco-röschen BE 4,4	Schwäbisches Linsengericht mit einem Paar hausgemachten Wiener Würstchen, Bauernspätzle mit Bröseln	Hessisches Schmand-schnitzel (paniert) in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
SO 26.07.	Frikadelle ^{1,3} mit Pfefferrahmsoße ⁷ , dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Mexicogemüse	Schweinebraten mit Soße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Mexicogemüse	Eierpfannkuchen mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Rindfleisch in Meerrettichsoße Bohnengemüse, Salzkartoffeln BE 3,0	Kartoffelsuppe „Norddeutsche Art“ mit geschnittenen Wiener Würstchen	Kabeljaufilet paniert, dazu Kartoffel-Gemüsegratin	Gulasch vom Schwein, dazu Salzkartoffeln und Frühlingsgemüse

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 27.07.2020 bis 02.08.2020

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & Günstig
MO 27.07.	Paniertes Schweineschnitzel ^{1,3,7} , dazu Kartoffeln ¹² und Blumenkohlgemüse in Soße ^{1,7}	Rinderbraten mit Bugundersoße, dazu Kartoffeln ¹² und Blumenkohlgemüse	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen BE 3,5	Putenhackröllchen auf buntem Gemüse, Salzkartoffeln	Spaghetti „Carbonara“ in milder Käsesoße, verfeinert mit geröstetem Speck	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 28.07.	Gefüllte Paprika mit Soße, dazu Reis	Rigatoni-Nudeln ^{1,3} mit Spinatrahmsoße ⁷ und geriebenem Parmesankäse ⁷ , zum Nachtisch Obst vegetarisch	Variation aus Nudel-Spezialitäten (Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße)	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße, dazu Petersilienkartoffeln und Kohlrabigemüse BE 3,0	Hähnchenbrustfilet „natur“ in würziger Soße, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree	Gemischte Bratenplatte (Rind- und Schweinefleisch), dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse mit Petersilie	Milchreis mit Sauerkirschen
MI 29.07.	Bauernroulade ^{1,7} mit Soße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Kohlrabigemüse ^{1,7}	Hähnchenschnitzel mit Bratensoße, dazu Stampfkartoffeln, zum Nachtisch Obstsalat	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Apfelkompott	2 Fränkische Bratwürste in Soße, dazu Kartoffeln und Kohlrabi BE 3,3	FRISCHER SALAT Italienischer Salat (bunter Salatmix mit Mozzarella, Gurken, Cocktailtomaten, Paprika und Essig-Öl-Dressing) vegetarisch	Putenrollbraten in Bratensoße, dazu Kartoffelknödeln und Romanobohnen	Soljanka (Eintopf mit Paprika- und Gurkenstreifen und Krakauerwurst und Salamiwürfeln)
DO 30.07.	Kalbsbraten in Kräuterkruste mit Rahmsoße ⁷ , dazu Kartoffeln ¹² und Romanesco ^{1,7} (Blumenkohls)	Fischhappen mit Tartarsoße, dazu Kartoffeln, zum Nachtisch Obst	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Wirsing, Karotten, Blumenkohl und Erbsen	Pfannkuchen mit Quarkfüllung und Heidelbeeren BE 3,6	Frikadelle „Rustika“ (Schwein), dazu Kartoffelpüree und Wirsing und Käse, mit Pfannengemüse	2 Rinderrouladen mit Speck-Zwiebelfüllung, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und Apfelrotkohl	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
FR 31.07.	Rindergeschnetzeltes Stroganoff, dazu Spätzle ^{1,3} und Buttermöhren	Hähnchenbrust mit Tomatensoße, dazu Reis, zum Nachtisch Obst	Variation aus Nudel-Spezialitäten (Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße)	Alaska-Seelachs-Filet (paniert) mit Remouladensoße, Kartoffeln BE 3,9	FRISCHER SALAT Haus-Salat (bunter Salatmix mit Schinken, Käse, Weißkraut, Paprika, Gurken und Essig-Öl-Dressing)	Zartes Kalbsschnitzel paniert mit Mandelsplittern garniert, in delikater Rahmsoße, dazu Broccoliröschen und Pariser Karotten, Rösti-Ecken	Wirsing Eintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
SA 01.08.	Lachsfilet mit Sauce Hollandaise ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² und Salat	Rindfleischfrikadelle, dazu Kartoffeln ¹² und Kohlrabi in Soße ⁷ , zum Nachtisch Minidonuts ^{1,3,7}	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln BE 2,7	Jägerbraten in Steinpilzsoße vom Schwein, dazu Salzkartoffeln und Kohlrabi, Karotten und Broccoli in Béchamelsoße BE 3,2	Weißer Bohneneintopf gewürfelter, gekochter Vorderschinken, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Sellerie und Erbsen	3 Kalbsbratwürste in würziger Bratensoße, dazu Bratkartoffeln mit Zwiebeln und Spinat	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SO 02.08.	Hackbraten mit Zigeuner-soße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Kohlrabigemüse ^{1,7}	Schweinebraten mit Soße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Kohlrabigemüse ⁷	Champignontopf in Rahmsoße, dazu Nudeln	Reis-Gemüsetopf mit Rindfleisch BE 2,3	Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirschaufauf) mit Zucker und Zimt garniert	Geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln in Soße, dazu Spätzle und grüne Bohnen	Königsberger Klopse in feiner Kapernsoße, Langkorn-Reis mit Erbsen“

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

Bestellschein 20.07.2020 bis 26.07.2020

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & günstig	S Suppe	A Beilagensalat	B Dessert	C Dessert (mit BE-Angabe)
MO 20.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DI 21.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MI 22.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DO 23.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
FR 24.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SA 25.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SO 26.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Täglich frisch für Sie gekocht!			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 27.07.2020 bis 02.08.2020

Wir helfen hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	1 Tagesgericht 1	2 Tagesgericht 2	3 Vegetarisches Menü	4 Schonkost	5 Hausmannskost	6 Tagesgericht 3	7 Lecker & günstig	S Suppe	A Beilagensalat	B Dessert	C Dessert (mit BE-Angabe)
MO 27.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DI 28.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MI 29.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
DO 30.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
FR 31.07.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SA 01.08.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SO 02.08.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Täglich frisch für Sie gekocht!			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 _____