

Speiseplan 16.01.2023 bis 22.01.2023

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 16.01.	Schweinebraten nach „Bayrische Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkraut und gekochte Kartoffelklöße	Hausgemachtes Gulasch (Rind und Schwein) in pikant-würziger Soße, dazu gekochte Kartoffelklöße mit Semmelbröseln	2 Spiegeleier auf Spinat mit Salzkartoffeln BE 4,0	Nudeleintopf mit Broccoli, Karotten und gewürfelter Schweinefleisch BE 3,3	Hähnchenbrustfilet „natur“ in würziger Soße dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree	Paniertes Schmandschnitzel nach „Hessische Art“ vom Schwein in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
DI 17.01.	Bockwurst auf Wirsinggemüse mit Kartoffelpüree	Pastapfanne „Pesto Rosso“ mit Zucchini- und Paprikawürfeln, fruchtigen Cherrytomaten und Frühlingszwiebeln, in rotem Pesto	Champignonentopf in Rahmsoße mit Nudeln	Milchreis mit Zimt bestreut und Sauerkirschen BE 4,3	Haxenfleisch vom Schwein gewürfelt und gepökelt auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree	2 Rinderrouladen nach „Hausmacher Art“ mit Speck- und Zwiebelfüllung, dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln	Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfelter Schweinefleisch
MI 18.01.	Jägerschnitzel vom Schwein in Rahmsoße mit Champignons, Möhrchen und Erbsen, dazu Bauernspätzle mit Bröseln	Linsengericht nach „Schwäbische Art“ mit einem Paar Wiener Würstchen, dazu Bauernspätzle mit Semmelbrösel	Hausgemachter Kaiserschmarrn mit Zimt und Zucker bestreut, dazu fruchtiges Apfelkompott	Hackbraten mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln BE 3,2	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen BE 3,5	Pikantes Rindergulasch mit Erbsen, Finger-möhren und Kartoffelschmarrn	Gehacktes Stippe (Schweinehackfleisch und Zwiebeln, fein abgeschmeckt) mit Petersilien-Kartoffelpüree
DO 19.01.	Rostbrät „Thüringer Art“ (Schweinenackensteak) in Soße, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln	Cannelloni mit Fleischbrätfüllung in Sahnesoße mit Blattspinat und Tomaten, überbacken mit Gouda-Käse	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln BE 3,7	Fleischkäse in Soße mit Erbsen und Kartoffelpüree BE 3,1	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschenfüllung und Vanillesoße	Gegrillter Putenbraten in Bratensoße mit Apfelrotkohl und hausgemachte Serviettenknödel	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
FR 20.01.	„Frikadelle Rustika“ (Bratling aus Schweinehackfleisch, Wirsing und Käse), mit Pfannengemüse und Kartoffelpüree	Käsespätzle nach „Allgäuer Art“ mit Röstzwiebeln	Frühlingstopf mit Grießklößchen BE 2,1	Königsberger Klopse in Kapernsoße Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,6	Spießbraten mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln	Wildlachs à la Florentin in feiner Rahmspinat-Soße, dazu Bandnudeln	Grießauflauf mit Pflirsichwürfeln
SA 21.01.	3 herzhaft Pfannkuchen mit pikant gewürzter Hackfleischfüllung, dazu Blumenkohlgemüse	Gekochte Rinderbrust in einer delikaten Meerrettichsoße, passend dazu servieren wir Petersilienkartoffeln.	Ofenschlupfer (süßer Brötchen-Apfelauflauf) mit Sahne verfeinert und Sauerkirschen	Hühnerfrikassee mit Karottengemüse mit Petersilie und Langkorn-Reis BE 3,8	Putenhackröllchen auf buntem Gemüse dazu Salzkartoffeln	3 Kalbsbratwürste in würziger Bratensoße, dazu Spinat und Bratkartoffeln mit Zwiebeln	Kartoffelsuppe „Norddeutsche Art“ mit geschnittener Bockwurst
SO 22.01.	Zartes paniertes Hähnchenschnitzel, gefüllt mit Putenformschinken und Käse dazu Karottengemüse in Petersiliensoße und Kartoffelpüree	Würzige Reispfanne (Paella) mit Garnelen, Hähnchenbrust, Erbsen und rotem Paprika, abgeschmeckt mit Safran, Weißwein und Knoblauch	Penne al pomodoro in fruchtiger Kräuter-Tomatensoße, bestreut mit geriebenem Hartkäse	Putensteak in Käsesoße mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln BE 3,2	Lachspfanne mit Penne-Nudeln, Blattspinat, Salatgurkenwürfeln und Cherrytomaten BE 4,3	Zarter Sauerbraten mit Apfelrotkohl und gekochte Kartoffelklöße	Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße BE 3,7

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 23.01.2023 bis 29.01.2023

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 23.01.	Gemischte Bratenplatte (Rind- und Schweinefleisch) dazu Karottengemüse mit Petersilie und Salzkartoffeln	Lasagne Bolognese mit würzigem Rind- und Schweinehackfleisch, überbacken mit Käse	Nudelpfanne mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl BE 4,2	2 fränkische Bratwürste in Soße mit Kohlrabi und Kartoffeln BE 3,3	Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirchenaufwurf), mit Zucker und Zimt garniert	Feine Hähnchenbrustfiletstücke in würziger Pfeffer-Käsesoße mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 24.01.	Rinderbrust in Meerrettichsoße mit Rote Bete und Petersilienkartoffeln	Steinpilz-Ragout mit Gemüsemaultaschen in einer Sahnesoße, verfeinert mit Lauchzwiebeln	Mediterrane Pfannkuchen mit gegrillten Zucchiniwürfeln, Lauchzwiebeln und Kräutern gefüllt, in fruchtiger Tomatensoße, garniert mit Gouda	Bunte Gemüseplatte mit Kalbfleischbällchen in heller Soße dazu Fingermöhren, Blumenkohl, Broccoli und Salzkartoffeln BE 2,6	Gulasch vom Schwein mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln	Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch, in würziger Soße dazu Reis	Quarkkeulchen nach „Sächsische Art“ (Klößchen aus gekochten Kartoffeln, Quark und Eiern, goldgelb gebacken dazu Apfelmarmelade)
MI 25.01.	Kohlroulade mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße dazu Salzkartoffeln	2 Pfefferfrikadellen, garniert mit grünem Pfeffer, in einer kräftigen Bratensoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln	Gabelspaghetti mit Gemüsebolognese	Grießbrei mit Mandarinen BE 3,9	Rinderleber nach „Berliner Art“ in feiner Zwiebelsoße mit Apfelscheiben und Pariser Karotten dazu Kartoffelpüree mit Bröseln	Stroganoff-Topf geschneitzeltes Rindfleisch in sahniger Soße mit Champignons, Gurken und Zwiebeln dazu Spätzle mit Bröseln	Soljanka Eintopf mit Paprika- und Gurkenstreifen, Krakauer- und Salamwürfeln
DO 26.01.	Kasseler Nacken mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Rigatoni alla Italiano mit würzigem Rinderhackfleisch, in einer pikanten Tomaten-Paprikasoße, garniert mit Gouda-Käse	Kartoffel-Gemüsegericht mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl in heller Rahmsauce BE 3,8	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse und Salzkartoffeln BE 3,4	Hühnersuppentopf nach „Hausmacher Art“ gewürfeltes Huhnfleisch mit Hörnchennudeln, Lauch und Karotten	Schweineschnitzel nach „Mailänder Art“ paniert, mit Käse garniert, dazu fruchtige Tomaten-Gemüsesoße und Gabelspaghetti	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
FR 27.01.	Hähnchenkeule „Landfrau“ auf einem Gemüsebett aus Wirsing und Karotten, dazu Salzkartoffeln	4 Hefeklöße gefüllt mit Heidelbeeren, dazu hausgemachte Vanillesoße	Salzkartoffeln mit Speisequark mit Sahne und Schnittlauch BE 3,9	Gemüseintopf mit Rindfleisch, Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln BE 1,4	Hacksteak auf Wirsing mit Salzkartoffeln	Panierte, goldbraun gebratene Scholle mit Kräutersoße und Petersilienkartoffeln	Fleischbällchen nach „Mailänder Art“ in fruchtiger Tomatensoße und Käse-Maccaroni
SA 28.01.	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni	Hausmacher Bratwurst in dunkler Bratensoße, mit grünen Bohnen und Stampfkartoffeln	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, Fingermöhren, Broccoli und Salzkartoffeln BE 2,8	Rindergulasch mit Schwarzwurzeln und Kartoffeln BE 3,1	Weißer Bohneneintopf mit gewürfelten, gekochten Vorderschinken, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Sellerie und Erbsen	Geschmorte Rippchen in würziger Soße, mit Sauerkraut und Salzkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SO 29.01.	Paniertes Schweineschnitzel mit buntem Gemüse und Kartoffeln mit Röstzwiebeln	Nudelplatte „Osteria“: Feine Cannelloni in Tomatensoße mit Käse überbacken, Tortellini in heller Soße und Spaghetti in pikanter, Hackfleischsoße	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Zwetschgenkompott	Sahnegeschneitzeltes vom Schwein mit Pariser Karotten und Spätzle-Nudeln BE 3,3	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße und Langkorn-Reis	Schweinebraten in herzhafter Soße dazu Rosenkohl und Salzkartoffeln	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln BE 3,0

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

Bestellschein 16.01.2023 bis 22.01.2023

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 16.01.	<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 17.01.	<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 18.01.	<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 19.01.	<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 20.01.	<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 21.01.	<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"/>
SO 22.01.	<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 23.01.2023 bis 29.01.2023

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 23.01.	<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 24.01.	<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 25.01.	<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 26.01.	<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 27.01.	<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 28.01.	<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 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"/>

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 _____