

Speiseplan 04.03.2019 bis 10.03.2019

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 04.03.	Feine Rinderroulade mit Soße, dazu Kartoffeln ¹² und Schwarzwurzelgemüse ^{1,7}	Cordonbleu ¹³ , dazu Kartoffeln ¹² und Schwarzwurzelgemüse ^{1,7}	Hefeklöße mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße	Puten-Hacksteak, Karotten, Blumenkohl und Broccoli, Kartoffelpüree BE 2,7	Curryhuhn in fruchtiger Currysoße mit Ananas und Erbsen, Langkorn-Reis	Pikantes Rindergulasch, Erbsen und Fingermöhren, Kartoffelschmarrn	BIO Gemüseintopf „Gärtnerin“* mit Karotten, Broccoli, Blumenkohl, Erbsen und Kartoffeln
DI 05.03.	Hähnchenbrust mit Curryfrüchtesahnesoße ¹⁴ , dazu Reis, zum Nachtisch Obst	Nudeln ^{1,3} mit Bolognese-Soße und geriebenem Parmesan-Käse ⁷ , zum Nachtisch Obst	Veganes Rote-Linsen-Curry mit bunten Paprikawürfeln, Mungobohnenkeimlingen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis	Rinderleber in feiner Soße, mit Kohlrabi-Karottengemüse, Kartoffelpüree BE 2,8	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Apfelkompott	Bayerischer Schweinebraten in Bratensauce, Apfelrotkraut, gekochte Kartoffelklöße	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
MI 06.03.	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsoße ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² , Rote Beete ¹⁶	Emmentaler Schnitzel ^{1,7} mit Kräutersahnesoße, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} , zum Nachtisch Fruchtjoghurt ⁷	Salzkartoffeln mit Speisequark (mit Sahne und Schnittlauch) BE 3,9	2 Kalbsbratwürste in milder Soße, mit Romanesco-Gemüse, dazu Salzkartoffeln BE 2,7	FRISCHER SALAT Haus-Salat (bunter Salatmix mit Schinken, Käse, Weißkraut, Paprika, Gurken und Essig-Öl-Dressing)	Kohlroulade mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße, Salzkartoffeln	Kartoffel-Suppentopf herzhaft abgeschmeckt
DO 07.03.	Gebratene Mettbällchen mit Jägersahnesoße, dazu Nudeln ^{1,3} , Salat	Hühnerfrikassée mit Gemüse ^{1,7} , dazu Reis, zum Nachtisch Obst	Kartoffelküchle mit Champignonsoße	Pfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße BE 4,0	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken	Truthahnschnitzel paniert, dazu Broccoli-Blumenkohl-Gemüse und Bratkartoffeln mit Zwiebeln	Schweinegeschnetzeltes in Gemüsesoße mit Kräutern, Lockennudeln
FR 08.03.	Schweinegulasch nach ungarisch Art (mit Paprika), dazu Semmelknödel und Buttererbsen	Fischstäbchen ^{1,3} mit Tatarensoße ^{1,3} , dazu Dampfkartoffeln ¹² , zum Nachtisch Apfel-Kirschgrütze mit Vanillesoße ⁷	Bunter Gemüse-Mix (Blumenkohlrischen, Fingermöhren, Erbsen und Romanobohnen) mit Sauce à la Hollandaise und Salzkartoffeln	Alaska-Seelachs paniert in Filetform, mit Remouladensoße, Kartoffeln BE 3,9	FRISCHER SALAT Italienischer Salat (bunter Salatmix mit Mozzarella, Gurken, Cocktailtomaten, Paprika und Essig-Öl-Dressing) vegetarisch	Schweinenackensteak Pfannengemüse, Salzkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SA 09.03.	Hackbraten mit Zigeunersauce, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} und Kohlrabi-gemüse ^{1,7}	Rührei ³ mit Rahmspinat ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² , zum Nachtisch Obst vegetarisch	Kartoffel-Cremesuppe mit Zwiebeln, Lauch, Karotten und Sahne	Rindfleisch in Meerrettichsoße Bohnengemüse, Salzkartoffeln BE 3,0	Szegediner Gulasch in Soße mit Sauerkraut, Salzkartoffeln	Gegrillter Putenbraten in Bratensauce, Apfelrotkohl, hausgemachte Serviettenknödel	Milchreis mit Zimt bestreut, Sauerkirschen
SO 10.03.	Paniertes Schweineschnitzel ^{1,3} , dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohl-gemüse ^{1,7}	Rinderbraten mit Soße, dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohl-gemüse ^{1,7}	Apfelstrudel mit Vanillesoße	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen BE 3,5	Blutwurst auf Sauerkraut, mit Kartoffelpüree	Hausgemachte Mantel-taschen in Eierbouillon mit Gemüseeinlage und Speck	Herzhafter Gemüseintopf mit Geflügelklößchen
	Täglich frisch für Sie gekocht!		Ohne künstliche Zusatzstoffe				

Speiseplan 11.03.2019 bis 17.03.2019

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 11.03.	Schweinebraten mit Soße, dazu Kartoffelknödel ^{1,3,12} und Rotkraut ¹⁶	Rindergulasch, dazu Kartoffelknödel ^{1,3,12} und Rotkraut ¹⁶	Spaghetti „Napoli“ mit fruchtiger Tomatensoße und Weißwein verfeinert	Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße BE 3,7	Erseneintopf mit Wiener Würstchen	Rinderbrust in Meerrettichsoße, Rote Bete, Petersilienkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 12.03.	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“, dazu Spätzle ^{1,3} und Kaisergemüse	Tortellini ^{1,3,7} mit Tomaten-Sahnesoße ¹⁴ und geriebenem Parmesan-Käse, zum Nachtisch Obst	Kaiserschmarrn hausgemacht, mit Zimt und Zucker bestreut, dazu Apfelkompott	Kalbfleischbällchen in Sahnesoße, Karottengemüse, Kartoffelpüree BE 2,9	„Frikadelle Rustika“ (Schweinehackfleisch, Wirsing und Käse), mit Pfannengemüse, Kartoffelpüree	Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut angerichtet, mit Kartoffelpüree	Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfeltem Schweinefleisch
MI 13.03.	Hühnerfrikassée ^{1,12} mit Spargel und Champignons, dazu Reis	Kartoffelcremesuppe ⁷ mit Geflügelwiener ¹⁵ und Brötchen ¹ , zum Nachtisch Vanillepudding ⁷ mit Schokosoße ⁷	Gemüseragout mit Petersilienkartoffeln BE 3,9	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl, Petersilienkartoffeln BE 2,8	FRISCHER SALAT Thunfisch-Salat (bunter Salatmix mit Thunfisch, Eier, Tomaten und Essig-Öl-Dressing)	Jägerschnitzel vom Schwein, in Rahmsauce mit Champignons, Möhrchen und Erbsen, dazu Bauernspätzle mit Bröseln	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
DO 14.03.	Gekochte Eier ³ auf Rahmspinat ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² vegetarisch	Hähnchenknusper-schnitzel ^{1,3} , dazu Reis und Karottengemüse ⁷ , zum Nachtisch Obst	6 goldbraun gebackene Reibekuchen mit Apfelmark	Pichelsteiner Eintopf mit Schweinefleisch, Weißkohl, Kartoffelwürfeln, Karotten, Lauch, Erbsen BE 1,4	Haxenfleisch vom Schwein gewürfelt und gepökelt, auf Sauerkraut, Kartoffelpüree	Lasagne Bolognese mit würzigem Rind- und Schweinehackfleisch, Käse	Schaschlikpfanne (Schweine) mit pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken, Langkorn-Reis
FR 15.03.	Schweinecordonbleu ^{1,3,7} , dazu Rösti ¹² und Leipziger Allerlei ^{1,7}	Rindercevapcici ¹³ mit mildem Zaziki ⁷ , dazu Kartoffeln ¹² , zum Nachtisch Minidonuts ^{1,7}	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze	Hacksteak in heller Soße mit Gurkenstreifen, Karotten-Broccoligemüse und Schlingli-Nudeln BE 3,6	FRISCHER SALAT Fitness-Salat (bunter Salatmix, mit Putenstreifen, Paprika, Gurke, Sonnenblumenkernen und Essig-Öl-Dressing)	Wildlachsfilet in feiner Rahmspinat-Soße, dazu Bandnudeln	Grießbrei mit Mandarinen
SA 16.03.	Lachsfilet mit Dillsahnesoße ^{1,7} , dazu Kartoffeln, Salat	Kraftbrühe mit Gemüse und Nudeln ^{1,3} , Pfannkuchen ^{1,3,7} und Kompott	Fränkisches Grünkern-küchle (Getreidebratling) im Gemüsebett, Kohlrabigemüse, dazu Petersilienkartoffeln BE 4,3	Hähnchenbrust in feiner Soße mit Apfelwürfeln, Gemüsereis mit Möhrenstreifen und Romanesco-röschen BE 4,4	Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirschaufwurf) mit Zucker und Zimt garniert	2 Wildhacksteaks (Hirsch- und Rind) auf Champignon-Preiselbeer-Rahmsauce, dazu Penne-Nudeln mit Porree	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
SO 17.03.	Szegediner Schweinegulasch, dazu Kartoffelknödel ^{1,3,7} und Kraut extra	Bratwurst, dazu Kartoffelpüree ^{7,16} und Sauerkraut	Grießauflauf mit Pfirsichwürfeln	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln BE 3,0	Nudeln mit Hackfleischsoße (Rind- und Kalbfleisch) und geriebener Käse	Indisches Curry mit Hähnchenbruststücken, grünen Bohnen, Zwiebeln, Mais und Erdnüssen, in cremiger Erdnuss-Currysoße, dazu Basmati-Reis	Gulasch vom Schwein in Bratensoße, Gemüsereis

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

Bestellschein 04.03.2019 bis 10.03.2019

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 04.03.	<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 05.03.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
MI 06.03.	<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 07.03.	<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 08.03.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
SA 09.03.	<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 10.03.	<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 11.03.2019 bis 17.03.2019

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 11.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DI 12.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MI 13.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DO 14.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
FR 15.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SA 16.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SO 17.03.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
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 _____