

Speiseplan 06.01.2020 bis 12.01.2020

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 06.01.	Kalbsbraten in Kräuterkruste mit Rahmsoße ⁷ , dazu Rösti ¹² und Brokkoli	Cordonbleu ¹³ , dazu Rösti ¹² und Brokkoli in Soße ^{1,7}	2 Spiegeleier auf Spinat mit Salzkartoffeln	Nudeleintopf mit Broccoli, Karotten und gewürfelm Schweinefleisch BE 3,3	Hähnchenbrustfilet in würziger Soße, dazu Kartoffelpüree und Apfelrotkohl	Hessisches Schmandschnitzel (Schwein) in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
DI 07.01.	Gesalzenes Fleisch ¹⁵ mit sauren Bohnen, dazu Kartoffelpüree ^{7,12} , zum Nachtisch Obst	Hähnchendinos ^{1,3} mit Bratensoße, dazu Salzkartoffeln ¹² , zum Nachtisch Obst	Champignontopf in Rahmsoße, dazu Nudeln	Milchreis mit Zimt bestreut, dazu Sauerkirschen BE 4,3	Haxenfleisch (Schwein) gewürfelt und gepökelt, auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree	2 Rinderrouladen mit Speck- und Zwiebelfüllung, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und Apfelrotkohl	Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfelm Schweinefleisch
MI 08.01.	Schweinebraten mit Bockbiersoße, dazu Kartoffelknödel ¹² und Rotkraut	Rindercevapcici ^{1,3} mit Bratensoße, dazu Reis, zum Nachtisch Fruchtjoghurt ⁷	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Apfelkompott	Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse BE 3,6	FRISCHER SALAT Thunfisch-Salat (bunter Salatmix mit Thunfisch, Eier, Tomaten und Essig-Öl-Dressing)	Pikantes Rindergulasch, dazu Kartoffelschmarrn und Erbsen und Finger-möhrrchen	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DO 09.01.	Pichelsteiner Eintopf mit Krakauer Wurst ¹² und Brötchen ¹ , zum Nachtisch Pudding ⁷	Rührei ³ auf Rahmspinat ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² , zum Nachtisch Obst vegetarisch	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln BE 3,7	Fleischkäse in Soße, dazu Kartoffelpüree und Erbsen BE 2,9	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße	Jägerschnitzel (Schwein) in Rahmsoße mit Champignons, dazu Bauernspätzle mit Bröseln sowie Möhrrchen und Erbsen	Gehacktes Stippe (Schweinehackfleisch und Zwiebeln fein abgeschmeckt), Petersilien-Kartoffelpüree
FR 10.01.	Kasslerbraten ¹⁵ auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree ^{7,12}	Hähnchenknusper-schnitzel ^{1,3} mit Rahmsoße ⁷ , dazu Kartoffelpüree ¹² , zum Nachtisch Kreppel ^{1,3,7}	Frühlingstopf mit Grießklößchen BE 1,7	Hackbraten, dazu Salzkartoffeln und Schwarzwurzeln BE 3,2	FRISCHER SALAT Fitness-Salat (bunter Salatmix, mit Putenstreifen, Paprika, Gurke, Sonnenblumenkernen und Essig-Öl-Dressing)	Alaska-Seelachs paniert mit Kräuter-Senfsoße, dazu Petersilienkartoffeln	Grießauflauf mit Pflirsichwürfeln
SA 11.01.	Paniertes Schweineschnitzel ¹ , dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohl-gemüse ^{1,7}	Maultaschen ^{1,7,8} mit Tomatensoße und geriebenem Parmesankäse ⁷ , zum Nachtisch Obst vegetarisch	6 goldbraun gebackene Reibekuchen mit Apfelmark	Hühnerfrikassee, dazu Langkorn-Reis und Karottengemüse mit Petersilie BE 3,8	Putenhackröllchen auf buntem Gemüse, dazu Salzkartoffeln	Bayerischer Schweinebraten mit Bratensoße, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkraut	Kartoffel-Cremesuppe mit Zwiebeln, Lauch, Karotten und Sahne
SO 12.01.	Hähnchenbrust mit Currysahnesoße ^{1,7} mit Früchten, dazu Reis	Schweinegulasch, dazu Reis und Mischgemüse	„Penne al pomodoro (Nudeln mit italienischer Kräuter-Tomatensoße, bestreut mit geriebenem Hartkäse)	Putensteak in Käsesoße, dazu Kartoffeln und Kohlrabigemüse BE 3,2	Lachsfiletstreifen mit Penne-Nudeln, Blattspinat, Salatgurkenwürfeln und Cherrytomaten	Entenkeule in Bratensoße, dazu hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken und Apfelrotkohl	Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße
Täglich frisch für Sie gekocht!			Ohne künstliche Zusatzstoffe				

Speiseplan 13.01.2020 bis 19.01.2020

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 13.01.	Rinderschmorbraten mit Burgundersoße, dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohl	Krustenbraten ¹⁵ mit Soße, dazu Kartoffeln ¹² und Rosenkohl	Nudelpfanne mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl BE 4,2	2 fränkische Bratwürste in Soße, dazu Kartoffeln und Kohlrabi BE 3,3	Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirschaufwurf) mit Zucker und Zimt garniert	Spaghetti mit Shrimps in feiner Safran-Sahnesoße, verfeinert mit Tomaten und Porree	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
DI 14.01.	Schweinegeschnetzeltes „bürgerlich“, dazu Spätzle ^{1,3} und Buttererbsen	Nudelsuppe ^{1,3} , Kaiserschmarrn ^{1,3,7} mit Kompott vegetarisch	Kartoffeln mit hessischer „Grüner Soße“ und gehacktem Ei	Jägerschnitzel (Schwein) in Champignonrahmsauce, dazu Kartoffelpüree und Zucchini-Gemüse BE 2,3	2 Kalbsbratwürste in milder Soße, dazu Salzkartoffeln und Romanesco-Gemüse	Gemischte Bratenplatte (Rind und Schweine), dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse mit Petersilie	Milchreis mit Zimt bestreut, Sauerkirschen
MI 15.01.	Gebatene Mettbällchen mit Jägersahmsauce ⁷ , dazu Spiralnudeln ^{1,3} und Salat	Gnocchi ^{1,12} mit Spinatrahmsauce ^{1,7} , zum Nachtisch Rote Grütze mit Vanillesauce ⁷ vegetarisch	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, Finger-möhren und Broccoli, Salzkartoffeln BE 3,2	Grießbrei mit Mandarinen BE 3,5	FRISCHER SALAT Griechischer Salat (bunter Salatmix mit Fetakäse, Gurken, Peperoni, Oliven, Paprika und Essig-Öl-Dressing) vegetarisch	Hähnchenkeule mit Soße, dazu Salzkartoffeln und Apfelrotkohl	Soljanka Eintopf mit Paprika- und Gurkenstreifen, Krakauer- und Salamiwürfeln
DO 16.01.	Rührei ³ auf Rahmspinat ^{1,7} , dazu Kartoffelpüree ¹² vegetarisch	Backfisch ^{1,3} mit Tartarensauce ^{3,7} , dazu Kartoffeln ¹² , zum Nachtisch Obst	Gabelspaghetti mit Gemüsebolognese	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse, Salzkartoffeln BE 3,4	Gulasch (Schwein), dazu Salzkartoffeln und Frühlingsgemüse	Paniertes Schweineschnitzel, dazu Kartoffeln mit Röstzwiebeln und buntes Gemüse	Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch
FR 17.01.	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsauce ^{1,7} , dazu Kartoffeln ¹² , Rote Beete Salat	Rinderkötter ^{1,3} mit Bratensoße, dazu Spätzle ^{1,3} , zum Nachtisch Minidonut ^{1,3,7}	Eierpfannkuchen mit Heidelbeerfüllung und Vanillesauce	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch, Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln BE 1,4	FRISCHER SALAT Haus-Salat (bunter Salatmix mit Schinken, Käse, Weißkraut, Paprika, Gurken und Essig-Öl-Dressing)	Cordon bleu (Hähnchen) gefüllt mit Putenformschinken und Käse, dazu Kartoffelpüree und Karottengemüse in Petersiliensauce	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln
SA 18.01.	Schweinegulasch nach ungarischer Art, dazu Semmelknödel ^{1,12} und Buttermöhren	Putencordonbleu ^{1,3} , dazu Kartoffelpüree ¹² und Erbsen-Möhren in Soße ^{1,7} , zum Nachtisch Obst	Lasagne Tricolore mit drei verschiedenen Saucen aus Tomaten, Spinat und Champignons, gratiniert mit Käse und Tomatenwürfeln	Rindergulasch, dazu Kartoffeln und Schwarzwurzeln BE 3,1	Weißer Bohneneintopf mit gekochtem Vorder-schinken, Zwiebeln, Möhren, Lauch, Sellerie und Erbsen	Lachsfiletschnitte in Sahnesauce (mit Zitrone verfeinert), dazu Gemüse-reis	Vollwertiges Überraschungsmenü (Süßspeise)
SO 19.01.	Paniertes Schweineschnitzel ^{1,3} , dazu Kartoffeln ¹² und Lauch-gemüse	Rinderbraten mit Soße, dazu Kartoffeln ¹² und Lauchgemüse	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Zwetschgen-kompott	Sahneschnetzeltes vom Schwein, dazu Spätzle-Nudeln und Pariser Karotten BE 3,3	Hünersuppentopf nach Hausfrauen-Art (ge-würfeltes Huhnfleisch mit Hörnchennudeln, Lauch und Karotten)	Zarter Sauerbraten, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkohl	Fleischbällchen nach „Mailänder Art“ in fruchtiger Tomatensoße, dazu Käse-Maccaroni

Täglich frisch für Sie gekocht!

Ohne künstliche Zusatzstoffe

Speiseplan 06.01.2020 bis 12.01.2020

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 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DI 07.01.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MI 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DO 09.01.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
FR 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SA 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SO 12.01.	<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"/>	<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 _____

Speiseplan 13.01.2020 bis 19.01.2020

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 13.01.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DI 14.01.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
MI 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
DO 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
FR 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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SA 18.01.	<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"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
SO 19.01.	<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"/>	<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 _____