

# Speiseplan 20.01.2020 bis 26.01.2020

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                                                              |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MO</b><br>20.01. | Rheinischer Sauerbraten mit Soße, dazu Kartoffelknödel <sup>12</sup> und Rotkraut <sup>1,6</sup>                                                                     | Entenbraten mit Orangensoße, dazu Kartoffelknödel <sup>12</sup> und Rotkraut <sup>1,6</sup>                                            | Hefeklöße mit Heidelbeerfüllung, dazu Vanillesoße                                                                              | Puten-Hacksteak mit Kartoffelpüree, Karotten, Blumenkohl und Broccoli<br><br><b>BE 2,7</b>               | Fleischkäse mit Zwiebel-schmelze garniert, dazu Stampfkartoffeln und Karottengemüse                                                                    | Kohlroulade mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße, dazu Salzkartoffeln                                        | Nudeleintopf mit Broccoli, Karotten und gewürfeltem Schweinefleisch             |
| <b>DI</b><br>21.01. | Hausgemachte Frikadelle <sup>1,3</sup> mit Pfefferrahmsoße <sup>7</sup> , dazu Kartoffelpüree <sup>7,12</sup> und Kohlrabi-Karottengemüse <sup>1,7</sup>             | Hühnerfrikassée mit Gemüse <sup>1,7</sup> , dazu Reis, zum Nachtisch Obst                                                              | „Lasagne Tricolore“ mit drei verschiedenen Soßen aus Tomaten, Spinat und Champignons, gratiniert mit Käse und Tomatenwürfeln   | Rindfleisch in Meerrettichsoße Bohnengemüse, Salzkartoffeln<br><br><b>BE 3,0</b>                         | Kaiserschmarrn mit fruchtigem Apfelkompott                                                                                                             | Bayerischer Schweinebraten in Bratensoße, dazu gekochte Kartoffelklöße und Apfelrotkraut                        | <b>Vollwertiges Überraschungs Menü mit Fleisch</b>                              |
| <b>MI</b><br>22.01. | Feines Lachsfilet mit Krabben-Weißweinsoße <sup>1,7</sup> , dazu Reis und Salat                                                                                      | Kartoffelcremesuppe <sup>14</sup> mit Geflügelwieners <sup>13</sup> und Brötchen <sup>1</sup> , zum Nachtisch Fruchtquark <sup>7</sup> | Salzkartoffeln mit Schnittlauchquark (mit Sahne)<br><br><b>BE 3,9</b>                                                          | Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen<br><br><b>BE 3,5</b>                                     | <b>FRISCHER SALAT</b><br>Griechischer Salat (bunter Salatmix mit Fetakäse, Gurken, Peperoni, Oliven, Paprika und Essig-Öl-Dressing) <b>vegetarisch</b> | Zarte Entenkeule, in Bratpfelsoße, dazu Apfelrotkohl und gekochte, hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken | Schweinegeschnetzeltes in Gemüsesoße mit Kräutern, Lockennudeln                 |
| <b>DO</b><br>23.01. | Bayrischer Schweinebraten mit Soße, dazu Semmelknödel <sup>1,3,7</sup> und Bayrisch Kraut                                                                            | Fischhappen <sup>1,3</sup> mit Kräuterdip <sup>7</sup> , dazu Kartoffeln <sup>12</sup> , zum Nachtisch Obst                            | Kartoffelküchle mit Champignonsoße                                                                                             | Pfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße<br><br><b>BE 4,0</b>                                  | Schinken-Nudeln mit Röhrei und magerem, rohem Schinken                                                                                                 | Pikantes Rindergulasch, dazu Kartoffelschmarrn und Erbsen und Finger-möhrrchen                                  | Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße, Langkorn-Reis                                |
| <b>FR</b><br>24.01. | Schlachtplatte auf Sauerkraut (Kassler <sup>15</sup> , Brat <sup>12</sup> - und Leberwurst <sup>12</sup> ), dazu Kartoffelpüree <sup>7,12</sup> , zum Nachtisch Obst | Rigati-Nudeln <sup>1,3,7</sup> mit Tomaten-Sahnesoße <sup>1,7</sup> , zum Nachtisch Obst<br><br><b>vegetarisch</b>                     | Apfelstrudel mit Vanillesoße                                                                                                   | Alaska-Seelachs paniert mit Remouladensoße, dazu Kartoffeln<br><br><b>BE 3,9</b>                         | <b>FRISCHER SALAT</b><br>Haus-Salat (bunter Salatmix mit Schinken, Käse, Weißkraut, Paprika, Gurken und Essig-Öl-Dressing)                             | Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree                                                       | Herzhafter Gemüse-eintopf mit Geflügelklößchen                                  |
| <b>SA</b><br>25.01. | Rigatoni-Nudeln <sup>1,3</sup> mit Fleischsoße „Bologneser Art“ und geriebenem Parmesankäse <sup>7</sup> , Salat                                                     | Putengyros mit Bratensoße, dazu Reis, zum Nachtisch Vanillepudding <sup>7</sup> mit Kirschsoße                                         | Kartoffel-Cremesuppe mit Zwiebeln, Lauch, Karotten und Sahne                                                                   | Jägerschnitzel (Schwein) mit Champignonrahmsoße, Kartoffelpüree und Zucchini-gemüse<br><br><b>BE 2,3</b> | Szegediner Gulasch in Soße mit Sauerkraut, dazu Salzkartoffeln                                                                                         | Hacksteak in Rahmsoße, dazu Salzkartoffeln und Blumenkohl                                                       | Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirch-auflauf) mit Zucker und Zimt garniert |
| <b>SO</b><br>26.01. | Rindergeschnetzeltes „Jäger Art“, dazu Spätzle <sup>1,3</sup> und Blumenkohl-gemüse <sup>1,7</sup>                                                                   | Cordon Bleu, dazu Spätzle <sup>1,3</sup> und Blumenkohl-gemüse <sup>1,7</sup>                                                          | Bunter Gemüse-Mix (Blumenkohl-röschen, Fingermöhrrchen, Erbsen und Romanobohnen) mit Sauce à la Hollandaise und Salzkartoffeln | 2 Kalbsbratwürste mit milder Soße, dazu Salzkartoffeln und Romanesco-Gemüse<br><br><b>BE 2,7</b>         | Blutwurst auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree                                                                                                          | Gegrillter Putenbraten in Bratensoße, dazu hausgemachte Serviettenknödel und Apfelrotkohl                       | <b>Vollwertiges Überraschungs Menü (Süßspeise)</b>                              |
|                     | <b>Täglich frisch für Sie gekocht!</b>                                                                                                                               |                                                                                                                                        | <b>Ohne künstliche Zusatzstoffe</b>                                                                                            |                                                                                                          |                                                                                                                                                        |                                                                                                                 |                                                                                 |

# Speiseplan 27.01.2020 bis 02.02.2020

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                                                                      |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MO</b><br>27.01. | Kalbsrahmbraten <sup>7</sup> mit Rahmsoße, dazu Rösti und Romanesco-Gemüse                                | Hacksteak mit Rahmsoße, dazu Rösti und Romanesco-Gemüse                                                                                  | Spaghetti „Napoli“ mit fruchtiger Tomatensoße und Weißwein verfeinert                                           | Pfannkuchen mit Apfel-füllung und Vanillesoße<br><br><b>BE 3,7</b>                                              | „Frikadelle Rustika“ (Schwein) mit Wirsing und Käse, dazu Kartoffelpüree und Pfannengemüse                                                               | Mildes, indisches Curry mit Hähnchenbruststücken, grünen Bohnen, Zwiebeln, Mais und Erdnüssen in cremiger Erdnuss-Currysoße, dazu Basmati-Reis | <b>Vollwertiges Überraschungs Menü mit Fleisch</b>                                      |
| <b>DI</b><br>28.01. | Schweinegulasch nach Szegediner Art, dazu Kartoffelknödel <sup>12</sup> und Kraut extra                   | Emmentaler Schnitzel <sup>1</sup> mit Kräuter-Sahne-Soße <sup>7</sup> , dazu Salzkartoffeln <sup>12</sup> , zum Nachtisch Obst           | Hausgemachter Kaiserschmarrn mit Zimt und Zucker bestreut, Apfelkompott                                         | Kalbfleischbällchen in Sahnesoße, Karottengemüse, Kartoffelpüree<br><br><b>BE 2,9</b>                           | Erbseneintopf mit Wiener Würstchen                                                                                                                       | Rinderbrust in Meerrettichsoße Rote Bete, Petersilienkartoffeln                                                                                | Weißkohleintopf mit Kartoffeln und gewürfeltem Schweinefleisch                          |
| <b>MI</b><br>29.01. | Hühnerfrikasée mit Champignons und Spargel <sup>1</sup> , dazu Reis                                       | Penne-Nudeln <sup>1,3</sup> mit Tomaten-Ricottasoße <sup>7</sup> , zum Nachtisch Fruchtjoghurt <sup>7</sup><br><b>vegetarisch</b>        | Gemüseragout mit Petersilienkartoffeln<br><br><b>BE 3,9</b>                                                     | Hacksteak in heller Soße mit Gurkenstreifen, Karotten-Broccoligemüse und Schlingli-Nudeln<br><b>BE 3,6</b>      | <b>FRISCHER SALAT</b><br>Italienischer Salat (bunter Salatmix mit Mozzarella, Gurken, Cocktailtomaten, Paprika und Essig-Öl-Dressing) <b>vegetarisch</b> | Jägerschnitzel (Schwein) mit Champignon-Rahmsoße, dazu Bauernspätzle mit Bröseln und Möhrchen und Erbsen                                       | <b>Vollwertiges Überraschungs Menü (Süßspeise)</b>                                      |
| <b>DO</b><br>30.01. | Feine Rinderroulade mit Soße, dazu Kartoffeln <sup>12</sup> und Schwarzwurzelgemüse <sup>1,7</sup>        | Putenbrustgeschnetzeltes mit Gemüse, dazu Spätzle <sup>1,3</sup> , zum Nachtisch Schokopudding <sup>7</sup> mit Vanillesoße <sup>7</sup> | 6 goldbraun gebackene Reibekuchen mit Apfelmark                                                                 | Rinderschmorbraten mit Blumenkohl, Petersilienkartoffeln<br><br><b>BE 2,8</b>                                   | Haxenfleisch vom Schwein gewürfelt und gepökelt, auf Sauerkraut, Kartoffelpüree                                                                          | Lasagne Bolognese (mit würzigem Rind- und Schweinehackfleisch) und Käse überbacken                                                             | Schaschlikpfanne in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken, Langkorn-Reis |
| <b>FR</b><br>31.01. | Schweinebraten mit Soße, dazu Hefeknödel und Leipziger Allerlei                                           | Würstchengulasch <sup>15</sup> in fruchtiger Tomatensoße, dazu Reis, zum Nachtisch Obst                                                  | Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze                                                                                | Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße, dazu Petersilienkartoffeln und Kohlrabigemüse<br><b>BE 3,0</b>         | <b>FRISCHER SALAT</b><br>Thunfisch-Salat (bunter Salatmix mit Thunfisch, Eier, Tomaten und Essig-Öl-Dressing)                                            | Wildlachsfiletstücke in feiner Rahmspinat-Soße, dazu Bandnudeln                                                                                | Grießbrei mit Mandarinen                                                                |
| <b>SA</b><br>01.02. | Rindergulasch, dazu Semmelknödel und Rotkraut                                                             | Räubereintopf mit Rinderhackfleisch und Brötchen <sup>1</sup> , zum Nachtisch Obst                                                       | Fränkisches Grünkern-küchle Getreidebratling im Gemüsebett, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln <b>BE 4,3</b> | Hähnchenbrust in feiner Soße mit Apfelwürfeln, Gemüsereis mit Möhrenstreifen und Romanescoröschen <b>BE 4,4</b> | Kirschenmichel (süßer Brötchen-Sauerkirchaufguss) mit Zucker und Zimt garniert                                                                           | Zarte Entenkeule, in Bratpfelsoße, dazu Apfelrotkohl und gekochte, hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken                                | <b>Vollwertiges Überraschungs Menü mit Fleisch</b>                                      |
| <b>SO</b><br>02.02. | Paniertes Schweineschnitzel <sup>1,3</sup> , dazu Kartoffeln <sup>12</sup> und Lauchgemüse <sup>1,7</sup> | Schweinebraten mit Soße, dazu Kartoffeln <sup>12</sup> und Lauchgemüse <sup>1,7</sup>                                                    | Grießauflauf mit Pfirsichwürfeln                                                                                | Kartoffel-Gemüsegericht mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl in heller Rahmsoße<br><b>BE 3,8</b>               | Nudeln mit pikant gewürzter Hackfleischsoße (Rind- und Kalb) und geriebenem Käse                                                                         | 2 Rinderrouladen mit Speck- und Zwiebel-füllung, dazu Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln und Apfelrotkohl                                         | Gulasch vom Schwein in Bratensoße, Gemüsereis                                           |
|                     | <b>Täglich frisch für Sie gekocht!</b>                                                                    |                                                                                                                                          | <b>Ohne künstliche Zusatzstoffe</b>                                                                             |                                                                                                                 |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                |                                                                                         |

# Speiseplan 20.01.2020 bis 26.01.2020

Wir helfen  
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

|                     | 1 Tagesgericht 1                | 2 Tagesgericht 2      | 3 Vegetarisches Menü         | 4 Schonkost           | 5 Hausmanns-kost      | 6 Tagesgericht 3      | 7 Lecker & günstig    | S Suppe                                   | A Beilagensalat       | B Dessert             | C Dessert (mit BE-Angabe) |
|---------------------|---------------------------------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| <b>MO</b><br>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"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>     |
| <b>DI</b><br>21.01. | <input type="radio"/>           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Ü                     | <input type="radio"/>                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>     |
| <b>MI</b><br>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"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>     |
| <b>DO</b><br>23.01. | <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"/>     |
| <b>FR</b><br>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"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>     |
| <b>SA</b><br>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"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>     |
| <b>SO</b><br>26.01. | <input type="radio"/>           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Ü                     | <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 27.01.2020 bis 02.02.2020

Wir helfen  
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

|                     | 1 Tagesgericht 1                | 2 Tagesgericht 2      | 3 Vegetarisches Menü         | 4 Schonkost           | 5 Hausmanns-kost      | 6 Tagesgericht 3      | 7 Lecker & günstig              | S Suppe                                   | A Beilagensalat       | B Dessert             | C Dessert (mit BE-Angabe) |
|---------------------|---------------------------------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|---------------------------|
| <b>MO</b><br>27.01. | <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"/>     |
| <b>DI</b><br>28.01. | <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"/>     |
| <b>MI</b><br>29.01. | <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"/>     |
| <b>DO</b><br>30.01. | <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"/>     |
| <b>FR</b><br>31.01. | <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"/>     |
| <b>SA</b><br>01.02. | <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"/>     |
| <b>SO</b><br>02.02. | <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