

**Wir wünschen Ihnen für  
2025 Glück, Erfolg und  
vor allem Gesundheit!**

# Menüplan 30.12.2024 bis 05.01.2025

Wir helfen  
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

	<b>1</b> Tagesempfehlung	<b>2</b> Lecker & nachhaltig	<b>3</b> Vegetarisches Menü	<b>4</b> Schonkost	<b>5</b> Hausmannskost	<b>6</b> Besondere Spezialitäten	<b>7</b> Lecker & günstig
<b>MO</b> 30.12.	Frikadelle „Ungarische Art“ in fruchtiger Tomatensoße mit Paprikawürfeln, dazu Reis“	Königsberger Klopse in einer feinen Kapern-Rahmsoße mit Weißwein, dazu Petersilienkartoffeln	Kartoffeltaschen mit Frischkäse-Kräuterfüllung dazu Rahmgemüse	Kartoffel-Möhreneintopf mit Hackfleischklößchen  <b>BE 3,5</b>	Gewürfeltes Schweinefleisch in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken dazu Langkorn-Reis	Geschmorte Schweineschulter in Soße, dazu Gemüse und Salzkartoffeln	Quarkkeulchen „Sächsische Art“ goldgelb gebacken dazu Apfelmarmelade
<b>DI</b> 31.12.	Geflügelbratwurst mit Kohlrabigemüse und Stampfkartoffeln	Herzhafter Linseneintopf mit Kartoffeln und einem Paar geräucherten, gekochten Westfälischen Mettwürsten	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze	Puten-Hacksteak mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Kartoffelpüree  <b>BE 3,1</b>	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesoße	Paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweinelendchen in Rahmsoße und Spätzle mit Bröseln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>MI</b> 01.01.	Kasseler Nacken mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Penne-Nudeln in pikant-scharfer Tomatensoße mit Zucchini, Zwiebeln, Auberginen und rotem Chili	Omelettrolle mit Spinatfüllung mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln  <b>BE 4,3</b>	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln  <b>BE 2,8</b>	Gulasch (Schwein in Bratensoße und Gemüse-reis	Geschmorte Rippchen in würziger Soße, mit Sauerkraut und Salzkartoffeln	Hackbraten in Soße, mit Steckerrübenstreifen in heller Soße, verfeinert mit Petersilie, dazu Salzkartoffeln
<b>DO</b> 02.01.	2 Pfefferfrikadellen mit grünem Pfeffer in kräftiger Bratensoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln	Grünes Thai-Gemüsecurry mit ausgewählten Gemüsesorten und lockerem Basmati-Reis	Feine Pilzauswahl in Sahnesoße, mit Weißwein abgeschmeckt dazu breite Bandnudeln	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln  <b>BE 3,3</b>	Hähnchenbrust in heller Bratensoße, verfeinert mit Apfelmarmelade, dazu Gemüserais mit Möhrenstreifen und Romanesco-Röschen <b>BE 4,4</b>	Zarte Rindfleischstreifen in dunkler Senfsoße, dazu buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfe	Hähnchen-Medaillons in Gemüsesoße und Langkorn-Reis
<b>FR</b> 03.01.	Wildlachs in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert dazu Gemüserais	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke „Swiss Style“ in Pfeffer-Käsesoße, mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree	Nudelpfanne mit Schlingli-Nudeln, Karotten, Broccoli und Blumenkohl  <b>BE 4,2</b>	Alaska-Seelachsfilet mit Kräuterauflage, Karottengemüse und Salzkartoffeln  <b>BE 3,4</b>	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittene Krakauer	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln
<b>SA</b> 04.01.	Rinderbrust in Meerrettichsoße mit Rote Bete und Petersilienkartoffeln	6 goldbraun gebackene Kartoffelpuffer mit fruchtigem Apfelmarmelade (separat beigelegt).	Gnocchi alla Roma in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße, mit Sahne verfeinert und mit Kirschtomaten garniert	Zwei Kalbsbratwürste in milder Soße mit Romanesco-Gemüse und Kartoffeln  <b>BE 2,3</b>	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst	Zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen, Finger Möhrchen und Spätzle	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (vegetarisch)</b>
<b>SO</b> 05.01.	Panierte Jagdwurst in Bratensoße dazu Bayrisch Kraut und Salzkartoffeln	Cevapcici (Hackfleischröllchen mit Zwiebeln und einer würzigen Knoblauchnote), mit einer Balkansoße und Reis Dubrovnik	Broccoli-Bandnudeln in Pilz-Sahnesoße	Hühnerfrikassee mit Karottengemüse mit Petersilie und Langkorn-Reis  <b>BE 3,8</b>	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße mit Spätzle-Nudeln	Deftiger Schweinsbraten in dunkler Bratensoße mit Kümmel garniert, dazu Sauerkraut mit Speck und hausgemachte Semmelknödel	Herzhafter Gemüseeintopf mit Geflügelklößchen

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Speiseplan 06.01.2025 bis 12.01.2025

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
<b>MO</b> 06.01.	Rinderroulade „Hausmacher Art“ mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree	Spaghetti abgeschmeckt mit einem mediterranen Pesto aus Rucola und Spinat, dazu Grillgemüse	Kaiserschmarrn mit fruchtigem Zwetschgenkompott	Bunter Gemüseeintopf mit Mini-Hackfleischklößchen  <b>BE 1,8</b>	Hacksteak auf Wirsing mit Salzkartoffeln	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>DI</b> 07.01.	Kalbsfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis	Fränkische Bratwürste, dazu saftiges Sauerkraut mit Speck und Kartoffelpüree	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Karotten, Blumenkohl und Erbsen  <b>BE 3,7</b>	Hähnchen-Medaillons in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, dazu Broccoli und Knöpfle-Spätzle <b>BE 4,0</b>	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelstückchen und Schweinefleischwürfeln	Cevapcici (Hackfleischröllchen mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt) mit bunter Balkansoße und Reis Dubrovnik	Grießbrei mit Mandarinen  <b>BE 3,9</b>
<b>MI</b> 08.01.	Putengeschnetzeltes in Bratensoße mit Erbsen und Reis	Bergbauern-Schnitzel mit Käse überbacken, in einer Champignon-Sahnesoße mit Blattspinat, abgeschmeckt mit Weißwein, dazu Speck-Kartoffelknödel	Deftige Nudelkreation aus Käsespätzle, Gemüse-maultaschen und Bandnudeln mit Pilzrahmsauce, verfeinert mit Weißwein	Grillbraten in milder Bratensoße mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Kalbfleischbällchen in Rahmsauce mit Karottengemüse und Salzkartoffeln <b>BE 3,6</b>	Geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln in Soße dazu grüne Bohnen und Spätzle	Würstchengulasch in Tomatensahnesauce mit Karotten, Broccoli, Blumenkohl, Erbsen und Hörnchennudeln
<b>DO</b> 09.01.	Alaska-Seelachs paniert in Filetform mit Kräuter-Senfsoße und Petersilienkartoffeln	Klassischer Erbseneintopf mit einem Paar Debrecziner Würstchen, verfeinert mit Suppengrün und Blattspinat	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln  <b>BE 4,1</b>	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln <b>BE 3,0</b>	Nudeln mit pikantgewürzter Hackfleischsoße (Rind und Kalb) und geriebenem Käse	Feine Hähnchenbrustfiletstücke in würziger Pfeffer-Käsesauce mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (vegetarisch)</b>
<b>FR</b> 10.01.	Paniertes Hähnchenbrustfilet auf Wirsinggemüse mit Salzkartoffeln	Knusprig paniertes Alaska-Seelachsfilet mit einer feinen Tomatenfüllung, dazu Kartoffel-Broccoli-gratin.	Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesauce	Hackbraten „Esterhazy“ in feiner Bratensoße mit Karotten- und Selleriestreifen, Broccoli- und Blumenkohlröschen, dazu Salzkartoffeln <b>BE 3,9</b>	Linsengericht nach „Schwäbische Art“ mit einem Paar Wiener Würstchen dazu Spätzle mit Bröseln	Alaska-Seelachsfilet mit Kräutercreme, garniert mit Käse, dazu eine bunte Gemüseplatte und Salzkartoffeln	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken
<b>SA</b> 11.01.	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni	Zarte Hähnchenbrustfiletstücke in einer Rahmsauce, verfeinert mit 4 Pfefferarten, dazu Steinpilzrisotto	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis	„Saftiger Rinderbraten in Bratensoße, mit Kohlrabi-Steckrübgemüse in heller Soße, Petersilienkartoffeln <b>BE 3,1</b>	Putengulasch dazu Broccoli, Karotten und Salzkartoffeln	Chili con carne (Rind) nach mexikanischer Art mit roten Kidney-Bohnen, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>SO</b> 12.01.	Gefüllter Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsauce dazu Rosenkohl und Schlingl-Nudeln	Pulled Pork (langsam geschmortes, mariniertes Schweinefleisch) mit deftigem Rahmsauerkraut und gebackenen Kartoffeln	Nudeltaschen mit Gemüsefüllung in Tomatensoße mit Broccoli, Zucchini- und Tomatenwürfeln	Kaiserschmarrn mit fruchtigen, gewürfelten Birnen  <b>BE 3,5</b>	2 Kalbsbratwürste in Soße, Spinat und Kartoffelpüree	Hackfleischklößchen in Pilzrahmsauce mit Kohlrabi-Steckrübgemüse und bunten Nudeln	2 Frikadellen in herzhafter Soße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Bestellschein 30.12.2024 bis 05.01.2025

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
<b>MO</b> 30.12.	<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> 31.12.	<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"/>
<b>MI</b> 01.01.	<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"/>
<b>DO</b> 02.01.	<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"/>
<b>FR</b> 03.01.	<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"/>
<b>SA</b> 04.01.	<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"/>
<b>SO</b> 05.01.	<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 06.01.2025 bis 12.01.2025

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
<b>MO</b> 06.01.	<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"/>
<b>DI</b> 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"/>
<b>MI</b> 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"/>
<b>DO</b> 09.01.	<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"/>
<b>FR</b> 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"/>
<b>SA</b> 11.01.	<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"/>
<b>SO</b> 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"/>

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 \_\_\_\_\_