

# Speiseplan 27.01.2025 bis 02.02.2025

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> 27.01.	Hähnchenkeule „Landfrau“ auf einem Gemüsebett aus Wirsing und Karotten, dazu Salzkartoffeln <i>L</i>	Rucola-Spinat-Spaghetti mit einem grünen Pesto aus Rucola und Spinat, dazu unser ausgewähltes Grillgemüse <i>A1,H1</i>	Feine Pilzauswahl in Sahnesoße und breite Bandnudeln <i>A1,C,G,L</i>	Puten-Hacksteak mit Karotten, Blumenkohl, Broccoli und Kartoffelpüree <i>A1,G</i> <b>BE 3,1</b>	Fleischkäse mit Zwiebel-schmelze garniert, dazu Karottengemüse und Stampfkartoffeln <i>G</i>	Pfeffergulasch Rindfleisch in pikanter Soße mit Zwiebeln und Paprika, dazu Locken-Nudeln mit Bröseln <i>A1,L</i>	Herzhafter Gemüseeintopf mit Geflügelklößchen <i>A1,L</i>
<b>DI</b> 28.01.	Fränkische Bratwürste auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree <i>G</i>	Knusprig paniertes Alaska-Seelachsfilet mit einer feinen Tomatenfüllung, dazu Kartoffel-Broccoligratin <i>A1,D,G,L</i>	Spiegeleier in Senfsoße und Salzkartoffeln <i>A1,C,G,M</i> <b>BE 3,6</b>	Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln <i>G,O</i> <b>BE 3,0</b>	Grießbrei mit Früchten (Erdbeeren, Sauerkirschen und Pfirsichwürfel) <i>A1,C,G</i>	Jägerbraten (Schwein) in Steinpilzsoße mit Kohlrabi, Karotten und Broccoli in Béchamelsoße dazu Salzkartoffeln <i>A1,G,L,M</i> <b>BE 3,2</b>	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>MI</b> 29.01.	Hacksteak in Rahmsauce mit Blumenkohl und Salzkartoffeln <i>A1,C,G,L</i>	Zart-saftiges Hähnchenbrustfilet in einer Tomaten-Rahmsauce, dazu Gemüse-Champignon-Reis <i>G,L</i>	Nudeltaschen mit Gemüsefüllung in Tomatensoße mit Broccoli, Zucchini- und Tomatenwürfeln <i>A1,C,G,L</i>	Reis-Gemüsetopf mit Rindfleisch <b>BE 2,3</b>	Hähnchenbrust in heller Bratensoße verfeinert mit Apfelmarmelade dazu Gemüseris mit Möhrenstreifen und Romanescoröschen <i>L</i> <b>BE 4,4</b>	Edles Festtagstöpfchen (zartes Schweinefilet und Hähnchenmedaillons in feiner Rahmsauce), dazu Gemüse und Eier-Knöpfe <i>A1,A5,C,G,L</i>	Schweinegeschnetzeltes in Gemüsesauce mit Kräutern und Lockennudeln <i>A1,C,G,M,N</i>
<b>DO</b> 30.01.	Hähnchenbrustfilet paniert auf Wirsinggemüse mit Salzkartoffeln <i>A1,L</i>	Schnitzel mit Champignon-Sahnesauce mit Blattspinat, (mit Weißwei) und überbacken mit Gouda-Käse, dazu Speck-Kartoffelknödel <i>A1,C,G,M</i>	Kartoffelkuchle mit Champignonsauce <i>A1,C,G,L</i> <b>BE 4,9</b>	Pfannkuchen mit Sauerkirschfüllung und Vanillesauce <i>A1,C,G</i> <b>BE 4,0</b>	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken <i>A1,C,M,N</i>	Zarte Entenkeule in Bratpfelsoße, dazu Apfelrotkohl und gekochte, hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken <i>A1,A4,C,L</i>	Spaghetti alla Napoli mit fruchtiger Tomatensoße <i>A1</i>
<b>FR</b> 31.01.	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle <i>A1,C,G,L</i>	Hähnchen-Erdnuss-Tikka-Curry mit grünen Bohnen, Zwiebeln, Mais und Erdnüssen, in Erdnuss-Currysoße, dazu Basmati-Reis. <i>E,N</i>	Apfelstrudel mit Vanillesauce <i>A1,G</i>	Alaska-Seelachs paniert mit Remouladensoße und Kartoffeln <i>A1,C,D,G,M</i> <b>BE 3,9</b>	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelstückchen und Schweinefleischwürfeln <i>A1,L</i>	Wildlachs in Sahnesauce, mit Zitrone verfeinert und Gemüseris <i>A1,D,G</i>	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (vegetarisch)</b>
<b>SA</b> 01.02.	Geflügelbratwurst mit Kohlrabigemüse und Stampfkartoffeln <i>A1,G,L</i>	Penne-Nudeln in pikant-scharfen Tomatensoße mit Zucchini, Zwiebeln, Auberginen und rotem Chili <i>A1,G</i>	Kartoffeltaschen mit Frischkäse-Kräuterfüllung und Rahmgemüse <i>G</i>	Schweineschnitzel „natur“ in Bratensoße mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln <i>A1,C,G,L,M</i> <b>BE 3,0</b>	„Szegediner Gulasch (Schwein) mit Sauerkraut und Salzkartoffeln <i>G,L</i>	Cevapcici (Hackfleischröllchen) mit Zwiebeln und Knoblauch gewürzt in bunter Balkansauce dazu Tomaten-Reis mit Speckwürfeln <i>A1,G,L</i>	Erbseintopf mit Wiener Würstchen <i>L</i>
<b>SO</b> 02.02.	Geschnetzeltes Rindfleisch mit geschmorten Zwiebeln in Soße dazu grüne Bohnen und Spätzle <i>A1,C,L</i>	Althüringer Mutzbraten (Schwein) mit einer Bier-Senfmarinade, auf Sauerkraut mit Speck, dazu klassische Salzkartoffeln <i>A3,M</i>	Tortelloni alla panna (köstliche Teigtaschen mit Ricotta-Spinatfüllung) in feiner Kräuter-Sahnesauce, garniert mit Pinienkernen <i>A1,C,G</i>	Rinderschmorbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln <i>A1,G,L</i> <b>BE 2,8</b>	Schweinegeschnetzeltes mit Champignons in heller Soße, Erbsen und gewürfelte Karotten, dazu Spätzle <i>A1,G,L</i>	Truthahnschnitzel in Rahmsauce mit Fingermöhren, Erbsen und Langkornreis <i>C,G,L</i>	Pfannkuchen mit Quarkfüllung und Heidelbeeren <i>A1,C,G</i> <b>BE 4,2</b>

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Speiseplan 03.02.2025 bis 09.02.2025

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> 03.02.	Gefüllter Kalbsbraten mit Schweinehackfleischfüllung in Rahmsoße dazu Rosenkohl und Schlingli-Nudeln <i>A1,G,L</i>	Fränkische Bratwürste, dazu saftiges Sauerkraut mit Speck und Kartoffelpüree <i>G</i>	Omelettrolle mit Spinatfüllung dazu Rahmgemüse und Salzkartoffeln <i>A1,C,G,M</i> <b>BE 3,6</b>	Kaiserschmarrn mit fruchtigen, gewürfelten Birnen <i>A1,C,G</i> <b>BE 3,5</b>	Hacksteak in Bratensoße dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln <i>A1,C,L</i>	Chili con carne (Rind) nach mexikanischer Art mit roten Kidney-Bohnen, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>DI</b> 04.02.	Rinderroulade mit Speck-, Zwiebel- und Gurkenfüllung, in herzhafter Bratensoße, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree <i>G,M</i>	Pulled Pork (langsam geschmortes, mariniertes Schweinefleisch) mit Rahmsauerkraut und gebackenen Kartoffeln. <i>A1,F,G,M</i>	Pilzragout „Böhmische Art“ mit Serviettenknödeln <i>A1,C,G,L</i> <b>BE 4,1</b>	Kalbfleischbällchen in Rahmsoße mit Karottengemüse und Salzkartoffeln <i>A1,C,G</i> <b>BE 3,6</b>	Linseneintopf mit gekochter Mettwurst <i>L</i>	Filettöpfchen (zarte Hähnchenbrust- und Schweinefilets in Rahmsoße mit Champignons, dazu Erbsen, Finger-möhrrchen und Spätzle <i>A1,C,G,L</i>	Wirsingintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln <i>A1,C,L</i>
<b>MI</b> 05.02.	Paniertes Alaska-Seelachsfilet mit Kräuter-Senfsoße und Petersilienkartoffeln <i>A1,C,D,G,L,M</i>	6 goldbraun gebackene Kartoffelpuffer mit fruchtigem Apfelmarm <i>A1,C</i>	Nudelplatte mit Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricottafüllung in Kräuter-Sahnesoße <i>A1,C,G,L</i>	Kesselgulasch (Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln) <i>A1,C,L</i> <b>BE 3,3</b>	Gewürfeltes und gepökeltes Haxenfleisch (Schwein) auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree <i>G</i>	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln <i>G,L,O</i>	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü (vegetarisch)</b>
<b>DO</b> 06.02.	Linsengericht „Schwäbische Art“ mit einem Paar Wiener Würstchen und Spätzle mit Bröseln <i>A1,C</i>	Hacksteaks mit rauchigem Speck, in einer dunklen Bier-Zwiebelsoße, dazu knackiges Gemüse und Salzkartoffeln <i>A1,A3,C,M</i>	Kartoffel-Gemüseauflauf mit Weißkohl, Karotten, Blumenkohl und Erbsen <i>G</i> <b>BE 3,7</b>	Grillbraten in milder Bratensoße, mit Mangoldgemüse und Salzkartoffeln <i>G,L,M,N</i> <b>BE 3,0</b>	Ofenschlupfer (süßer Auflauf aus Brötchen und Äpfeln), mit Sahne verfeinert und Sauerkirschen <i>A1,A3,C,G,H1</i>	Paniertes Schweineschnitzel in Rahmsoße (mit Weibrand), garniert mit grünem/schwarzem Pfeffer, dazu buntes Gemüse und Bratkartoffeln <i>A1,G,L</i>	Schaschlikpfanne (Schwein) in pikanter Soße mit Speck, Zwiebeln und Paprikastücken, dazu Langkorn-Reis <i>L</i>
<b>FR</b> 07.02.	Gulasch vom Schwein in Bratensoße und Gemüsereis <i>L</i>	Saftiges Alaska-Seelachsfilet mit einer knusprigen Kräuterauflage und unserem Kartoffelgratin <i>A1,D,G</i>	Käsespätzle mit Zwiebel-schmelze <i>A1,C,G,L</i>	2 Kalbsbratwürste in milder Soße mit Romanesco-Gemüse und Kartoffeln <i>G,L</i> <b>BE 2,3</b>	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße mit Spätzle-Nudeln <i>A1,G,L</i>	Kabeljaufiletschnitte in Dillrahmsoße und Kartoffeln <i>D,G,M</i> <b>BE 3,6</b>	Grießauflauf mit Pfirsichwürfeln <i>A1,C,G</i>
<b>SA</b> 08.02.	Schweinebraten „Bayrische Art“ in Bratensoße dazu Apfelrotkraut und gekochte Kartoffelklöße <i>C,L</i>	Deftige Nudelkreation aus Käsespätzle, Gemüse-auf-taschen und Bandnudeln mit Pilz-Rahmsoße, abgeschmeckt mit Weißwein. <i>A1,C,G,L</i>	Süßkartoffel-Curry mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauch-zwiebeln, dazu Basmati-Reis <i>A1,C,G,L</i> <b>BE 3,6</b>	Putenkeulenbraten in Rahmbratensoße mit Mangoldgemüse und Kartoffelknödeln <i>A1,C,G,L</i> <b>BE 3,6</b>	Maccaroni mit Tomatensoße und geschnittener Krakauer <i>A1,C,G,L,M</i>	Zarte Entenkeule in Brat-äpfelsoße, dazu Apfelrotkohl und gekochte, hausgemachte Kartoffelklöße mit Haferflocken <i>A1,A4,C,L</i>	<b>Vollwertiges Überraschungsmenü mit Fleisch</b>
<b>SO</b> 09.02.	2 Kalbsbratwürste in Soße mit Spinat und Kartoffelpüree <i>G,L</i>	Gratinierte Cannelloni mit köstlicher Fleischbrät-füllung in einer Sahnesoße mit Blattspinat und Tomaten, überbacken mit Gouda <i>A1,C,G,L</i>	Gnocchi alla Roma in fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße, mit Sahne verfeinert und mit Kirschtomaten garniert <i>A1,G,L</i>	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Blumenkohl in Béchamelsoße und Petersilienkartoffeln <i>A1,G</i> <b>BE 3,3</b>	Putenschinken mit Wirsing und Salzkartoffeln <i>L</i>	Königsberger Klopse in Kapernsoße dazu Langkorn-Reis mit Erbsen <i>A1,C,G,L</i>	Hühnerfrikassee in feiner Soße mit Champignons, dazu Karottengemüse und Langkornreis <i>G</i>

Alle Menüs ohne künstliche Zusatzstoffe

# Bestellschein 27.01.2025 bis 02.02.2025

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> 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"/>
<b>DI</b> 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"/>
<b>MI</b> 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"/>
<b>DO</b> 30.01.	<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> 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"/>
<b>SA</b> 01.02.	<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"/>
<b>SO</b> 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"/>

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 03.02.2025 bis 09.02.2025

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> 03.02.	<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"/>
<b>DI</b> 04.02.	<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"/>
<b>MI</b> 05.02.	<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"/>
<b>DO</b> 06.02.	<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"/>
<b>FR</b> 07.02.	<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"/>
<b>SA</b> 08.02.	<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"/>
<b>SO</b> 09.02.	<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"/>

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 \_\_\_\_\_