



Zu Hause genießen ...



Menü	1 Tagessuppe Lieferung nur mit Hauptgericht	2 Unsere Tagesempfehlung	3 Die gute Hausmannskost	4 Leicht und lecker (teilw. mit Angabe der Proteinheiten)	5 Leckeres mit BE-Angabe	6 Unsere besonderen Spezialitäten	7 Beilagensalat Lieferung nur mit Hauptgericht	8 Dessert Lieferung nur mit Hauptgericht
Mo. 16.10. 2023	Steinpilz-Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert G	Bandnudeln Carbonara mit geräuchertem Speck in Käsesoße A1, C, G ⑦	Hähnchenkeule »Landfrau« auf einem Gemüsebett aus Wirsing und Karotten, dazu Salzkartoffeln L	Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln 4,0 BE A1, G, L (AK)	Gemüse Eintopf mit Rindfleisch Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln 1,4 BE L (AK)	Stroganoff-Topf geschmortes Rindfleisch in sahniger Soße mit Champignons, Gurken und Zwiebeln, Spätzle mit Bröseln A1, C, G, L	Karottensalat ② ③	Feiner Pudding
Di. 17.10. 2023	Karotten-Cremesuppe mit Sahne verfeinert G, L	Spinat-Käse-Strudel dazu eine Reismudelpfanne mit Gemüse »mediterrane Art« und Tomatensoße A1, C, G, L	Erseneintopf mit Wiener Würstchen L ⑦	Gebackene Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree 4,4 BE A1, D, G (AK)	Kartoffel-Gemüsegericht mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl in heller Rahmsauce 3,8 BE G, L (AK)	Hähnchenbrustfilet »Spinat & Tomate« in Blattspinat-Käsesauce mit Tomaten verfeinert, Penne-Nudeln A1, G	Gurkensalat »Special« C, G, M ②	Süßes Gebäck
Mi. 18.10. 2023	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern A1, C, G	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle A1, C, G, L	Gemüsepfanne mit geschnittenen Gemüsemautaschen Karotten, rote Paprika, Erbsen, Mais und Champignons A1, C, L	Hackbällchen vom Schwein und Rind in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln 2,8 BE A1, C, G (AK)	Sahnegeschmortes vom Schwein, Pariser Karotten, Spätzle-Nudeln 3,3 BE A1, G, L (AK)	Feuertopf scharfer Eintopf aus Kidney-Bohnen, Kartoffeln, buntem Paprika, Mais, Zwiebeln und Speckwürfeln, dazu hausgemachte Cabanossi-Wurst ⑦ L	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M ② ③	Fruchtiges Joghurtdessert
Do. 19.10. 2023	Kartoffel-Spinatsuppe Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse. G, L	Zwei Rinderfrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben A1, C, G, L	Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung Vanillesauce A1, C, G	Goldgelb panierte Hähnchen-Happen (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt), dazu Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree 4,1 BE A1, G, L (AK)	Alaska-Seelachsfilet in Senfsauce mit Karottenstreifen, dazu Dillkartoffeln 3,6 BE D, G, M (AK)	Schweineschnitzel »Mailänder Art« paniert, mit Käse garniert, dazu fruchtige Tomaten-Gemüsesauce und Gabelspaghetti ⑦ A1, C, G, L, M, N	Bauernsalat »Griechische Art« G, L ② ③	Frisches Obst der Saison
Fr. 20.10. 2023	Broccoli-Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli. G	Drei Hackröllchen »Balkan-Art« vom Schwein in pikanter Paprikasauce mit Kräuter-Kartoffeln A1, C	Broccoli-Bandnudeln in Pilz-Sahnesauce A1, C, G, L	Schweineschnitzel in Rahmsauce dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle 4,7 BE A1, C, G, L (AK)	Hähnchenbrustfilet in Apfelrahmsauce mit Steckrüben-Kohlrabigemüse und Kräuterreis 4,4 BE A1, G, L (AK)	Scholle paniert und goldbraun gebraten, Kräutersauce, Petersilienkartoffeln A1, C, D, G, L, M	Karottensalat ② ③	Feiner Pudding
Sa. 21.10. 2023	Steinpilz-Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert G	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingszwiebel Garnitur A1, G	Hähnchentaler in cremiger Spinatsauce Hähnchenbrustfiletstücke mit Spätzle-Nudeln A1, G, L	Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf mit Kartoffelwürfeln 2,4 BE (AK)	Bunte Gemüseplatte mit Kalbfleischbällchen in heller Soße, Fingermöhren, Blumenkohl und Broccoli, Salzkartoffeln 2,6 BE A1, C, G (AK)	Hähnchen »Swiss Style« feine Hähnchenbrustfiletstücke in würziger Pfeffer-Käsesauce mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree G, L	Gurkensalat »Special« C, G, M ②	Süßes Gebäck
So. 22.10. 2023	Karotten-Cremesuppe mit Sahne verfeinert G, L	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsauce mit Gartengemüse und Salzkartoffeln A1, C, G, L	Kartoffelküchle mit Champignonsoße A1, C, G, L	Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle 4,2 BE A1, C, G, L, M (AK)	Rindergulasch in dunkler Soße, Kohlrabi- und Steckrübengemüse in heller Kräutersauce, Salzkartoffeln 3,1 BE G (AK)	Edles Festtagstöpfchen zartes Filet vom Schwein und Hähnchenmedallions in Rahmsauce, buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfe A1, A5, C, G, L	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M ② ③	Fruchtiges Joghurtdessert

ASB Landesverband Hessen e.V.
Regionalverband Mittelhessen

Dieselstraße 9
61184 Karben
Telefon: (0 60 39) 80 02-9 11
Telefax: (0 60 39) 80 02-9 15
menue-service@asb-mittelhessen.de

Spezielle Kostformen
wie z.B. pürierte Menüs können wir Ihnen ebenfalls anbieten.
Fragen Sie uns danach.

Haben Sie Fragen?
Wenn Sie Fragen zu Nährwerten, Allergenen oder Zutaten in unseren Produkten haben, wenden Sie sich bitte an unsere Ansprechpartner. Hier erhalten Sie von uns detaillierte, auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Informationen.

Die Preise für die Menüs in den Spalten 1 bis 8 finden Sie in der aktuell gültigen Preisliste.
Wir behalten uns Änderungen der Speisekarte vor.
Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung.
Alle Abbildungen stellen Serviervorschläge dar.
Genaue Nährwertangaben für die einzelnen Menüs entnehmen Sie bitte den jeweiligen Menü-Etiketten oder erhalten Sie gerne auf Anfrage!

Piktogramme:
 = vegetarische Menüs
 = enthält Rindfleisch
 = enthält Schweinefleisch
 = enthält Geflügel
 = enthält Fisch
 = würzige Knoblauchnote
 = enthält Alkohol
 = enthält Gluten
 = enthält Laktose

Zusatzstoffe:
① = mit Farbstoff
② = mit Konservierungsstoff
③ = mit Antioxidationsmittel
⑤ = geschwefelt
⑦ = mit Nitritpökelsalz
⑧ = mit Phosphat
⑨ = mit Süßungsmittel(n)
⑩ = mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n)

Kennzeichnungen:
AK = Angepasste Vollkost

(g.g.A.) = geschützte geografische Angabe

Allergen-kennzeichnungen:
siehe Rückseite Preisliste



Speisekarte

16. bis 29. Oktober 2023

Bitte geben Sie Ihre Bestellung
spätestens am 02. Oktober 2023 ab.

Menü	1 Tagessuppe Lieferung nur mit Hauptgericht	2 Unsere Tagesempfehlung	3 Die gute Hausmannskost	4 Leicht und lecker (teilw. mit Angabe der Broteinheiten)	5 Leckeres mit BE-Angabe	6 Unsere besonde- ren Spezialitäten	7 Beilagensalat Lieferung nur mit Hauptgericht	8 Dessert Lieferung nur mit Hauptgericht
Mo. 23.10. 2023	Tomaten- Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern    A1, C, G	Spaghetti Bolognese mit herzhafter Hackfleischsoße vom Rind und Schwein    A1, C, L	Gulasch vom Schwein in Bratensoße, Gemüsereis   G, L	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse »Leipziger Allerlei« und Stampfkartoffeln 3,2 BE    A1, C, G, L (AK)	Königsberger Klopse in Kapernsoße, Karottengemüse, Salzkartoffeln 3,6 BE    A1, C, G, L (AK)	Gekochte Rinderbrust in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln   G, L, O (3) (5)	Bauernsalat »Griechische Art«    G, L (2) (3)	Frisches Obst der Saison
Di. 24.10. 2023	Kartoffel- Spinatsuppe Unsere klassische Kartof- fel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.   G, L	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis   A1, C, L	Schinken-Nudeln mit Rührei und magerem, rohem Schinken   A1, C, M, N (7)	Cremiger Milchreis mit fruchtigen Mandarinstücken (mit Zucker(n) und Süßungsmittel) 5,1 BE   G (AK) (16)	Gekochtes Rindfleisch in Kräutersoße Rote Bete, Kartoffeln 3,0 BE   G, L (AK)	Gegrilltes Hähnchenbrust- filet »California Style« mit Nudeln in Sahnesoße, gar- niert mit Lauch, Käse und Pfirsichwürfeln    A1, G	Karottensalat   (2) (3)	Feiner Pudding
Mi. 25.10. 2023	Broccoli- Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli.   G	Herzhafte Rosenkohl- Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur  	»Frikadelle Rustika« Bratling aus Schweinehackfleisch, Wirsing und Käse, mit Pfannen- gemüse, Kartoffelpüree    A1, C, G, L	Zartes Rindergeschnetzeltes »Stroganoff« mit »Hausmacher-Spätzle« 4,6 BE    A1, C, G, L, M (AK)	Nudeleintopf mit Broccoli, Karotten und gewürfeltem Schweinefleisch 3,3 BE   A1, C (AK)	Putengeschnetzeltes »Försterin Art« in Sahnesoße mit Champignons, Gemüsereis     A1, G, L (7)	Gurkensalat »Special«    C, G, M (2)	Süßes Gebäck
Do. 26.10. 2023	Steinpilz- Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert   G	Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken    A1, G, L (3) (7)	Wirsingeintopf mit Mini-Frikadellen und Kartoffeln   A1, C, L (7)	Hackbraten in Kräutersoße dazu grüne Bohnen »naturell« und Salzkartoffeln 3,7 BE     A1, C, G, L (AK)	Gemüseragout mit Petersilienkartoffeln 3,9 BE    A1, G, L (AK)	2 Pfefferfrikadellen mit grünem Pfeffer garniert, in Bratensoße, grüne Bohnen, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln    A1, C, L (7)	Weißkrautsalat »Cole Slaw«  C, M (2) (3)	Fruchtiges Joghurtdessert
Fr. 27.10. 2023	Karotten- Cremesuppe mit Sahne verfeinert   G, L	Gyrossuppe mit Schweinegeschnetzeltem   G	Fischstäbchen paniert, mit Kräutersoße, Petersilienkartoffeln    A1, C, D, G, L, M	Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree 3,3 BE    A1, G (AK)	Hackbraten in Soße, mit Steckrübenstreifen in heller Soße, verfeinert mit Petersilie, dazu Salzkartoffeln 3,5 BE    A1, C, G, L (AK)	Kalbsgeschnetzeltes »Zürcher Art« in Champignon-Sahnesoße mit Weißwein abgeschmeckt, dazu Spätzle mit Bröseln     A1, C, G, L	Bauernsalat »Griechische Art«    G, L (2) (3)	Frisches Obst der Saison
Sa. 28.10. 2023	Tomaten- Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern    A1, C, G	Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten- Gemüse-Soße   L	Kirschenmichel süßer Brötchen-Sauerkirschauf- lauf, mit Zucker und Zimt garniert    A1, A3, H1, C, G	Cremige Erbsensuppe mit bunter Gemüseeinlage 3,1 BE    A1, G, L (AK)	Hähnchen-Medaillons in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, dazu Broccoli und Knöpfle-Spätzle 4,0 BE    A1, C, G, L (AK) (16)	2 Rinderrouladen »Hausmacher Art«, mit Speck- und Zwiebelfüllung, Apfelrotkohl, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln     A1, L, M (7)	Karottensalat   (2) (3)	Feiner Pudding
So. 29.10. 2023	Kartoffel- Spinatsuppe Unsere klassische Kartof- fel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.   G, L	Schwäbisches Linsengericht mit Saitenwürstchen vom Schwein und Spätzle   A1, C, L (3) (7)	Schmandschnitzel »Hessische Art« paniertes Schweineschnitzel in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemü- se und Salzkartoffeln    A1, C, G, L	Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln 3,6 BE   A1, C, L, M (AK)	Rahmgulasch vom Schwein, Blumenkohl, Zöpfli-Nudeln 3,4 BE    A1, G, L (AK)	Bunter Gemüse-Mix Blumenkohlröschen, Finger Möhr- chen, Erbsen und Romanoboh- nen, mit Sauce à la Hollandaise und Salzkartoffeln   C, G	Gurkensalat »Special«    C, G, M (2)	Süßes Gebäck

Wir helfen hier und jetzt.
asb-mittelhessen.de/speisekarten

ASB Landesverband Hessen e.V.
Regionalverband Mittelhessen



Bestellschein

8

Kreuzen Sie Ihre gewünschten Menüs
an und geben Sie den abgetrennten
Bestellschein Ihrem Menükurier mit.

Vergessen Sie bitte nicht, Ihren Namen
einzutragen!

16. bis 22. Oktober 2023

KW 42

Bestellschein

8

Kreuzen Sie Ihre gewünschten Menüs
an und geben Sie den abgetrennten
Bestellschein Ihrem Menükurier mit.

per E-Mail senden:
menue-service@asb-mittelhessen.de



23. bis 29. Oktober 2023

KW 43

Mo. 16.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	Mo. 23.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
Di. 17.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	Di. 24.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
Mi. 18.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	Mi. 25.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
Do. 19.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	Do. 26.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
Fr. 20.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	Fr. 27.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
Sa. 21.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	Sa. 28.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
So. 22.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8	So. 29.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon



Arbeiter-Samariter-Bund