



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 Broteinheiten)	5 Leckeres mit BE-Angabe	6 Unsere besonderen Spezialitäten	7 Beilagensalat Lieferung nur mit Hauptgericht	8 Dessert Lieferung nur mit Hauptgericht
Mo. 02.10. 2023	Karotten-Cremesuppe mit Sahne verfeinert G, L	Chili con Carne (mild abgeschmeckt) vom Rind mit Langkornreis L	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße Hähnchenbrustfiletstücke mit Spätzle-Nudeln A1, G, L	Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse »Leipziger Allerlei« und Kartoffelklöße 3,7 BE C, G, L (AK)	Blumenkohl-Käse-Medailon mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln 3,7 BE A1, C, G, L (AK) ①	Scholle paniert und goldbraun gebraten, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln A1, C, D, G, L, M	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M ② ③	Fruchtiges Joghurtdessert
Tag der dt. Einheit Di. 03.10. 2023	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern A1, C, G	Hausgemachter Aprikosenmichel mit Vanillesoße A1, C, G	Hühnersuppentopf »Hausmacher Art« gewürfeltes Huhnfleisch mit Hörnchennudeln, Lauch und Karotten A1, C	Geflügelfrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln 3,4 BE A1, G, L, M (AK)	Schweineschnitzel »natur« in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln 3,0 BE A1, C, G, L, M (AK)	Rucola-Spinat-Spaghetti abgeschmeckt mit mediterranem Pesto aus Rucola und Spinat, Grillgemüse A1, H1	Bauernsalat »Griechische Art« G, L ② ③	Frisches Obst der Saison
Mi. 04.10. 2023	Kartoffel-Spinatsuppe Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse. G, L	Kohlrabi-Pastinaken-Schnitzel in Haferflockenpanade mit dunkler Soße, dazu Rübengemüse und Zwiebel-Kartoffelstampf A1, A4, G, L	Paniertes Schweineschnitzel mit buntem Gemüse, Kartoffeln mit Röstzwiebeln A1, C	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)	Pilzragout »Böhmische Art« mit Serviettenknödeln 4,1 BE A1, C, G, L	Schweineschnitzel »Mailänder Art« paniert, mit Käse garniert, dazu fruchtige Tomaten-Gemüsesoße und Gabelspaghetti A1, C, G, L, M, N ⑦	Karottensalat ② ③	Feiner Pudding
Do. 05.10. 2023	Broccoli-Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli. G	Geflügelbratwurst in herzhafter Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln G, L, M ③	Königsberger Klopse in Kapernsoße, Langkorn-Reis mit Erbsen A1, C, G, L	Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln 4,0 BE A1, G, L (AK)	Hacksteak in Bratensoße Blumenkohl naturell, Petersilienkartoffeln 3,2 BE A1, C, L (AK)	Curryhuhn Hühnerfleisch in milder Currysoße mit Ananas, Erbsen, Karotten und Champignons, dazu Reis C, G	Gurkensalat »Special« C, G, M ②	Süßes Gebäck
Fr. 06.10. 2023	Steinpilz-Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert G	Wurstpfanne »Jäger Art« vom Schwein in herzhafter Soße, dazu Spätzle A1, C, G, L ③ ⑦	Kaiserschmarrn hausgemacht, mit Zimt und Zucker bestreut, dazu fruchtiges Apfelkompott A1, C, G	Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln 2,7 BE D, G, L, M (AK)	Hühnerfrikassee Karottengemüse mit Petersilie, Langkorn-Reis 3,8 BE C, G, L (AK)	»Sieben-Schwaben-Topf« paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweinelendchen in Rahmsoße, Spätzle mit Bröseln A1, C, G, L ⑦	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M ② ③	Fruchtiges Joghurtdessert
Sa. 07.10. 2023	Karotten-Cremesuppe mit Sahne verfeinert G, L	Gnocchi in einer Gemüsemischung »Mediterrane Art« A1, G	Maccaroni mit Tomatensoße geschnittene Krakauer A1, C, G, L, M ⑦	Gemüse Eintopf nach »Gärtnerin Art« mit frittierten Mettbällchen vom Schwein 2,9 BE A1, C, L (AK)	Rindfleisch in Meerrettichsoße Bohngengemüse, Salzkartoffeln 3,0 BE G, L, O ③ ⑤	Spaghetti »Carbonara« in milder Käsesoße, verfeinert mit geröstetem Speck A1, G, L ⑦	Bauernsalat »Griechische Art« G, L ② ③	Frisches Obst der Saison
So. 08.10. 2023	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern A1, C, G	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingszwiebel Garnitur A1, G	Truthahnschnitzel »natur« in Rahmsoße, Fingermöhrrchen und Erbsen, Langkornreis C, G, L	Saftige Gemüsefrikadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln 4,2 BE A1, C, G (AK)	Schweinebraten »Hausmacher Art« in feiner Bratensoße, Gemüsemix aus Möhren, Blumenkohl und Sellerie, dazu Spätzle 3,3 BE A1, C, G, L, M (AK)	Putengeschnetzeltes »Försterin Art« in Sahnesoße mit Champignons, Gemüsereis A1, G, L ⑦	Karottensalat ② ③	Feiner Pudding

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

02. bis 15. Oktober 2023

Bitte geben Sie Ihre Bestellung
spätestens am 18. September 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. 09.10. 2023	Kartoffel- Spinatsuppe Unsere klassische Kartof- fel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.   G, L	Schweinegulasch »Hausfrauen Art« mit feinem Blumenkohl und Salzkartoffeln   A1, G, L ⑦	Wildlachs in Sahnesoße, mit Zitrone verfeinert, Gemüseis   A1, D, G	Cremiger Vollmilch-Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Zucker(n) und Süßungsmittel) 3,9 BE   A1, G (AK) ⑩⑪	Hähnchengeschnetzeltes in Sahnesoße mit Gemüseudeln 3,3 BE   A1, C, G (AK) ⑩⑪	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni   A1, C, G, L	Gurkensalat »Special«   C, G, M ②	Süßes Gebäck
Di. 10.10. 2023	Broccoli- Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli.   G	Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüseis  M	Hähnchenbrustfilet »natur« in würziger Soße, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree   G, L	»Himmel und Erde« Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrik- adelle und Mettbällchen vom Schwein 4,0 BE   A1, C, G, L (AK) ③	Spiegeleier in Senfsoße Salzkartoffeln 3,6 BE   A1, C, G, M (AK) ⑩⑪	Herzhafte Pfannkuchen mit pikant gewürzter Hackfleischfüllung, dazu Blumenkohlgemüse   A1, C, G, L	Weißkrautsalat »Cole Slaw«  C, M ② ③	Fruchtiges Joghurtdessert
Mi. 11.10. 2023	Steinpilz- Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert   G	Traditionell zubereitete Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln   A1, C, G	Käsespätzle mit Zwiebelschmelze   A1, C, G, L	Zartes Rindergeschnetzeltes »Stroganoff« mit »Hausmacher-Spätzle« 4,6 BE   A1, C, G, L, M (AK)	Hacksteak in heller Soße mit Gurkenstreifen, Karotten-Broccoligemüse und Schlingli-Nudeln 4,0 BE   A1, C, G, L, M (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
Do. 12.10. 2023	Karotten- Cremesuppe mit Sahne verfeinert   G, L	Schwäbische Maultaschen (g.g.A.) in einer kräftigen Brühe mit Zwiebelschmelze   A1, C, L ⑦	2 Kalbsbratwürste in Soße, Spinat und Kartoffelpüree   G, L	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse »Leipziger Allerlei« und Stampfkartoffeln 3,2 BE   A1, C, G, L (AK)	Lachspfanne Lachsfiletstreifen mit Penne- Nudeln, Blattspinat, Salatgurken- würfeln und Cherrytomaten 4,3 BE   A1, D, G (AK)	Hühnerfrikassee mit feinen Champignons, Erbsen und Karotten, dazu Reis   C, G	Karottensalat  ② ③	Feiner Pudding
Fr. 13.10. 2023	Tomaten- Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern   A1, C, G	Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsoße   A1, C, G	Panierte Jagdwurst mit Tomatensoße, Maccaroni dazu Rahmspinat und Frühlingspüree   A1, C, G, L, M, N ⑦	Gebratene Fischfrikadelle (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Rahmspinat und Frühlingspüree 4,0 BE   A1, D, G (AK)	Fleischkäse in Soße, mit Erbsen und Kartoffelpüree 3,1 BE   A1, G, L ⑦	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle   A1, C, G, L	Gurkensalat »Special«   C, G, M ②	Süßes Gebäck
Sa. 14.10. 2023	Kartoffel- Spinatsuppe Unsere klassische Kartof- fel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.   G, L	Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken   A1, G, L ③ ⑦	Hacksteak in Bratensoße, Bohnengemüse, Salzkartoffeln   A1, C, L ⑦	Festtagssuppe mit Rindfleisch und Grießnockerln 2,0 BE   A1, C, G, L (AK)	Kesselgulasch Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln 3,3 BE   A1, C, L (AK)	Herzhafter Nudelteller Nudelkreation aus Käsespätzle »Allgäuer Art«, Gemüseaulta- schen und Bandnudeln mit Pilz- rahmsoße, verfeinert mit Weißwein   A1, C, G, L	Weißkrautsalat »Cole Slaw«  C, M ② ③	Fruchtiges Joghurtdessert
So. 15.10. 2023	Broccoli- Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli   G	Paniertes Schweine- schnitzel »Jäger Art« goldgelb gebacken in Champig- nonsoße, dazu Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln   A1, G, L	Kohlroulade mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße, Salzkartoffeln   A1, G, L ⑦	Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree 3,3 BE   A1, G (AK)	Zartes Kalbsgeschnetzeltes Pastinakengemüse, Hörnchennudeln 4,3 BE   A1, C, L (AK)	Kräuterfisch Alaska-Seelachsfilet mit Kräuter- creme, garniert mit Käse, bunte Gemüseplatte, Salzkartoffeln   D, G	Bauernsalat »Griechische Art«   G, L ② ③	Frisches Obst der Saison

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

ASB Landesverband Hessen e.V.
Regionalverband Mittelhessen

Bestellschein

7

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

Vergessen Sie bitte nicht, Ihren Namen
einzutragen!

02. bis 08. Oktober 2023

KW 40

Bestellschein

7

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

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



09. bis 15. Oktober 2023

KW 41

Mo. 02.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Tag der dt. Einheit								
Di. 03.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mi. 04.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Do. 05.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Fr. 06.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sa. 07.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
So. 08.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mo. 09.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Di. 10.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Mi. 11.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Do. 12.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Fr. 13.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Sa. 14.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
So. 15.10. 2023	1	2	3	4	5	6	7	8
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon



Arbeiter-Samariter-Bund