



Zu Hause genießen ...



Menü	1 Tagessuppe	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	8 Dessert
	Lieferung nur mit Hauptgericht						Lieferung nur mit Hauptgericht	
Mo. 19.01. 2026	Kürbissuppe mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert	Chili con Carne (mild abgeschmeckt) vom Rind mit Langkornreis	Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße Hähnchenbrustfiletstücke mit Spätzle-Nudeln	Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse »Leipziger Allerlei« und Kartoffelklöße 3,7 BE	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit buntem Gemüse und Petersilienkartoffeln 3,7 BE	Scholle paniert und goldbraun gebraten, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln A1, C, D, G, L, M	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M	Fruchtiges Joghurtdessert
Di. 20.01. 2026	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern	Wurstpfanne »Jäger Art« vom Schwein in herzhafter Soße, dazu Spätzle A1, C, G, L	Hühnersuppentopf »Hausmacher Art« gewürfelter Huhnfilet mit Hörnchenudeln, Lauch und Karotten A1, C	Geflügelfrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln 3,4 BE	Schweineschnitzel »natur« in Bratensoße, Kohlrabigemüse, Petersilienkartoffeln 3,0 BE	Rucola-Spinat-Spaghetti abgeschmeckt mit mediterranem Pesto aus Rucola und Spinat, Grillgemüse A1, H1	Bauernsalat »Griechische Art« G, L	Frisches Obst der Saison
Mi. 21.01. 2026	Kartoffel-Spinatsuppe Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse. G, L	Geflügelbratwurst in herzhafter Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln G, L, M	Paniertes Schweineschnitzel mit buntem Gemüse, Kartoffeln mit Röstzwiebeln A1, C	Spaghetti »Napoli Art« mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße 6,1 BE	Pilzragout »Böhmisches Art« mit Serviettenknödeln 3,1 BE	Schweineschnitzel »Mailänder Art« paniert, mit Käse garniert, dazu fruchtige Tomaten-Gemüsesoße und Gabelspaghetti A1, C, G, L, M, N	Karottensalat G, L	Feiner Pudding
Do. 22.01. 2026	Broccoli-Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli. G	Kohlrabi-Pastinaken-Schnitzel in Haferflockenpanade mit dunkler Soße, dazu Rübgemüse und Zwiebel-Kartoffelstampf A1, A4, G, L	Königsberger Klopse in Kapernsoße, Langkorn-Reis mit Erbsen A1, C, G, L	Bunte Gemüseplatte mit grünen Bohnen, Fingermöhren, Blumenkohl und Stampfkartoffeln 3,2 BE	Hacksteak in Bratensoße Blumenkohl naturell, Petersilienkartoffeln 3,2 BE	Curryhuhn Hühnerfleisch in milder Currysoße mit Ananas, Erbsen, Karotten und Champignons, dazu Reis C, G	Gurkensalat »Special« C, G, M	Süßes Gebäck
Fr. 23.01. 2026	Steinpilz-Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert G	Käse-Ricotta-Tortelloni in cremiger Käsesoße mit Schinken und Erbsen A1, C, G, L	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	Hühnerfrikassee Karottengemüse mit Petersilie, Langkorn-Reis 3,8 BE	»Sieben-Schwaben-Topf« paniertes Schweineschnitzel, Maultasche und Schweineleidchen in Rahmsoße, Spätzle mit Bröseln A1, C, G, L	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M	Fruchtiges Joghurtdessert
Sa. 24.01. 2026	Kürbissuppe mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert	Kleine Gemüserösti dazu Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und ein cremiger Dip A1, C, G, L, N	Maccaroni mit Tomatensoße geschnittene Krakauer A1, C, G, L, M	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch 3,2 BE	Rindfleisch in Meerrettichsoße Bohnengemüse, Salzkartoffeln 3,0 BE	Spaghetti »Carbonara« in milder Käsesoße, verfeinert mit geröstetem Speck A1, G, L	Bauernsalat »Griechische Art« G, L	Frisches Obst der Saison
So. 25.01. 2026	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern A1, C, G	»Westfälisches Zwiebelfleisch« Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln A1, G, L, M	Truthahnschnitzel „natur“ in Rahmsoße, Fingermöhren und Erbsen, Langkornreis C, G, L	Saftige Gemüsefrikadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln 4,2 BE	Schweinebraten »Hausmacher Art« in feiner Bratensoße, Gemüsemix aus Möhren, Blumenkohl und Sellerie, dazu Spätzle 3,3 BE	Putengeschnetzeltes »Fürsterin Art« in Sahnesoße mit Champignons, Gemüsereis A1, G, L	Karottensalat G, L	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 Servierzorschläge dar.
Genaue Nährwertangaben für die einzelnen Menüs entnehmen Sie bitte den jeweiligen Menü-Etiketten oder erhalten Sie gerne auf Anfrage!

Piktogramme:

- = vegetarische Menüs
- = enthält Alkohol
- = enthält Gluten
- = enthält Rindfleisch
- = enthält Laktose
- = enthält Antioxidationsmittel
- = geschwefelt
- = enthält Nitritpökelsalz
- = enthält Phosphat
- = enthält Süßungsmittel(n)
- = enthält Fisch
- = enthält Laktose
- = enthält Antioxidationsmittel
- = geschwefelt
- = enthält Nitritpökelsalz
- = enthält Phosphat
- = enthält Süßungsmittel(n)
- = enthält Fisch

Zusatzstoffe:

- = mit Farbstoff
- = mit Konservierungsstoff
- = mit Antioxidationsmittel
- = geschwefelt
- = mit Nitritpökelsalz
- = mit Phosphat
- = mit Süßungsmittel(n)
- = mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n)

Kennzeichnungen:

- = Angepasste Vollkost
- (g.g.A.) = geschützte geografische Angabe
- Allergen-kennzeichnungen: siehe Rückseite Preisliste

Speisekarte

19. Jan. bis 01. Feb. 2026

Bitte geben Sie Ihre Bestellung
spätestens am 05. Januar 2026 ab.



Menü	1 Tagessuppe	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	8 Dessert
Mo. 26.01. 2026	Kartoffel-Spinatsuppe Unsere klassische Kartoffel-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, Gemüsereis A1, D, G	Cremiger Vollmilch-Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Zucker(n) und Süßungsmittel) A1, G (AK 16) 3,9 BE	Hähnchengeschnetzeltes in Sahnesoße mit Gemüsenuedeln A1, C, G (AK 16) 3,3 BE	Hackfleischklößchen in pikanter Zucchini-Paprikasoße, dazu Käse-Maccaroni A1, C, G, L	Gurkensalat »Special« C, G, M (2)	Süßes Gebäck
Di. 27.01. 2026	Broccoli-Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli. G	Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüsereis M	Hähnchenbrustfilet »natur« in würziger Soße, Apfelsrotkohl, Kartoffelpüree G, L	»Himmel und Erde« Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein A1, C, G, L (AK 3) 4,0 BE	Spiegeleier in Senfsoße Salzkartoffeln A1, C, G, M (AK 16) 3,6 BE	Herzhafte Pfannkuchen mit pikant gewürzter Hackfleischfüllung, dazu Blumenkohlgemüse A1, C, G, L	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M (2) (3)	Fruchtiges Joghurtdessert
Mi. 28.01. 2026	Steinpilz-Cremesuppe mit Steinpilzen und Sahne verfeinert G	Traditionell zubereitete Leberklöße auf herhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln A1, C, G	Käsespätzle mit Zwiebelschmelze A1, C, G, L	Zartes Rindergeschnetzeltes »Stroganoff« mit »Hausmacher-Spätzle« A1, C, G, L, M (AK) 4,6 BE	Hacksteak in heller Soße mit Gurkenstreifen, Karotten-Broccoligemüse und Schlingli-Nudeln A1, C, G, L, M (AK) 4,0 BE	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. 29.01. 2026	Kürbissuppe mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert 	Rührei mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln C, G (AK)	2 Kalbsbratwürste in Soße, Spinat und Kartoffelpüree G, L	Schwäbische Maultaschen (g.g.A.) in einer kräftigen Brühe mit Zwiebelschmelze A1, C, L (7) 5,5 BE	Nudel-Pfanne mit Lachsfiletstücken Penne-Nudeln mit Lachsfiletstücken, Blattspinat, Zucchiniwürfeln und Cherrytomaten. A1, D, G (AK) 3,9 BE	Hühnerfrikassee mit feinen Champignons, Erbsen und Karotten, dazu Reis C, G	Karottensalat (2) (3)	Feiner Pudding
Fr. 30.01. 2026	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern A1, C, G	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Gemüse in einer kräftigen Tomatensoße A1, G	Panierte Jagdwurst mit Tomatensoße, Maccaroni A1, C, G, L, M, N (7)	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln A1, D, G, L (AK) 4,0 BE	Fleischkäse in Soße, mit Erbsen und Kartoffelpüree A1, G, L (7) 3,1 BE	Rinderhacksteak mit Karotten-Erbsen-Garnitur in Rahmbratensoße, dazu Petersilienspätzle A1, C, G, L	Gurkensalat »Special« C, G, M (2)	Süßes Gebäck
Sa. 31.01. 2026	Kartoffel-Spinatsuppe Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse. G, L	Hausgemachter Vollmilch-Grießbrei mit Pflaumenkompott (mit Zucker(n) und Süßungsmittel) A1, G (AK 16)	2 Frikadellen in herzhafter Soße, Apfelsrotkohl, Kartoffelpüree wieder da! A1, C, G, L (3) (7)	Festtagssuppe mit Rindfleisch und Grießnockerln A1, C, G, L (AK) 2,0 BE	Kesselgulasch Eintopf mit Rindfleisch, Kartoffeln, Karotten, Broccoli und Hörnchennudeln A1, C, L (AK) 3,3 BE	Herzhafter Nudelteller Nudelkreation aus Käsespätzle »Allgäuer Art«, Gemüsemaulaten und Bandnudeln mit Pilzrahmsoße, verfeinert mit Weißwein A1, C, G, L	Weißkrautsalat »Cole Slaw« C, M (2) (3)	Fruchtiges Joghurtdessert
So. 01.02. 2026	Broccoli-Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli G	Paniertes Schweineschnitzel »Jäger Art« goldgelb gebacken in Champignonsoße, dazu Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln A1, G, L	Kohlroulade mit Hackfleischfüllung in sahniger Soße, Salzkartoffeln A1, G, L (7)	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse »Leipziger Allerlei« und Stampfkartoffeln A1, C, G, L (AK) 3,2 BE	Zartes Kalbsgeschnetzeltes Pastinakengemüse, Hörnchennudeln A1, C, L (AK) 4,3 BE	Kräuterfisch Alaska-Seelachsfilet mit Kräutercreme, garniert mit Käse, bunte Gemüseplatte, Salzkartoffeln D, G	Bauernsalat »Griechische Art« G, L (2) (3)	Frisches Obst der Saison

Bestellschein

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

Vergessen Sie bitte nicht, Ihren Namen einzutragen!

19. bis 25. Januar 2026

KW 4

26. Jan. bis 01. Feb. 2026

Bestellschein

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

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



KW 5

Mo.
19.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Mo.
26.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Di.
20.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Di.
27.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Mi.
21.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Mi.
28.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Do.
22.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Do.
29.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Fr.
23.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Fr.
30.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Sa.
24.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Sa.
31.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

So.
25.01.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

So.
01.02.
2026

1 2 3 4 5 6 7 8

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon