



Zu Hause genießen ...



Menü	1 Tagessuppe <small>Lieferung nur mit Hauptgericht</small>	2 Unsere Tagesempfehlung	3 Die gute Hausmannskost	4 Leicht und lecker <small>(teilw. mit Angabe der Broteinheiten)</small>	5 Leckeres mit BE-Angabe	6 Unsere besonderen Spezialitäten	7 Beilagensalat <small>Lieferung nur mit Hauptgericht</small>	8 Dessert <small>Lieferung nur mit Hauptgericht</small>
Mo. 19.01. 2026	Kürbissuppe mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert 	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
Di. 20.01. 2026	Tomaten-Rahmsuppe mit Muschelnudeln und Kräutern A1, C, G	Wurstpfanne »Jäger Art« vom Schwein in herzhafter Soße, dazu Spätzle A1, C, G, L ③ ⑦	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. 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 ③	Paniertes Schweineschnitzel mit buntem Gemüse, Kartoffeln mit Röstzwiebeln A1, C	Spaghetti »Napoli Art« mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße 6,1 BE A1, C, G (AK)	Pilzragout »Böhmische Art« mit Serviettenknödeln 3,1 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. 22.01. 2026	Broccoli-Rahmsuppe Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli. G	Kohlrabi-Pastinaken-Schnitzel in Haferflockenpanade mit dunkler Soße, dazu Rübensgemüse 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 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. 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 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. 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 ⑦	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch 3,2 BE L, M (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. 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 ⑦	Truthahnschnitzel „natur“ in Rahmsoße, Fingermöhrchen 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)	Putengeschnetzelttes »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
 = vegan
 = enthält Rindfleisch
 = enthält Schweinefleisch
 = enthält Geflügel
 = enthält Fisch
 = enthält Alkohol
 = enthält Gluten
 = enthält Laktose
 = würzige Knoblauchnote

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:
Ⓜ = Angepasste Vollkost

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

Allergen-kennzeichnungen:
siehe Rückseite Preisliste

Menü	1 Tagessuppe <small>Lieferung nur mit Hauptgericht</small>	2 Unsere Tagesempfehlung	3 Die gute Hausmannskost	4 Leicht und lecker <small>(teilw. mit Angabe der Proteinheiten)</small>	5 Leckeres mit BE-Angabe	6 Unsere besonde- ren Spezialitäten	7 Beilagensalat <small>Lieferung nur mit Hauptgericht</small>	8 Dessert <small>Lieferung nur mit Hauptgericht</small>
Mo. 26.01. 2026	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, Gemüsereis   A1, D, G	Cremiger Vollmilch-Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Zucker(n) und Süßungsmittel) 3,9 BE   A1, G (AK) ⑩	Hähnchengeschnetzeltes in Sahnesoße mit Gemüsenudeln 3,3 BE   A1, C, G (AK) ⑩	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, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree  G, L	»Himmel und Erde« Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrika- delle 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) ⑩	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 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. 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 5,5 BE  A1, C, L ⑦	Nudel-Pfanne mit Lachsfiletstücken Penne-Nudeln mit Lachsfiletstü- cken, Blattspinat, Zucchiniwür- feln und Cherrytomaten. 3,9 BE   A1, D, G (AK)	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 Salz- kartoffeln 4,0 BE   A1, D, G, L (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. 31.01. 2026	Kartoffel- Spinatsuppe Unsere klassische Kartof- fel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.  G, L	Hausgemachter Vollmilch-Grießbrei mit Pflaumenkompott (mit Zucker(n) und Süßungsmittel)   A1, G (AK) ⑩	2 Frikadellen in herzhafter Soße, Apfelrotkohl, Kartoffelpüree wieder da!   A1, C, G, L ③ 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«, Gemüsemaulta- schen und Bandnudeln mit Pilz- rahmsoße, 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 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	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse »Leipziger Allerlei« und Stampfkartoffeln 3,2 BE   A1, C, G, L (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

Bestellschein

3

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

Bestellschein

3

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

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



26. Jan. bis 01. Feb. 2026

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
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di. 20.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8	Di. 27.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi. 21.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8	Mi. 28.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do. 22.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8	Do. 29.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr. 23.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8	Fr. 30.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa. 24.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8	Sa. 31.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So. 25.01. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8	So. 01.02. 2026	1	2	3	4	5	6	7	8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon

