



# Zu Hause genießen ...



| Menü                           | 1 Tagessuppe  | 2 Unsere Tagesempfehlung   | 3 Die gute Hausmannskost  | 4 Leicht und lecker<br>(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   |
| <b>Mo.<br/>02.03.<br/>2026</b> | <b>Steinpilz-Cremesuppe</b><br>mit Steinpilzen und Sahne verfeinert                                     | <b>Cremiges Champignonragout</b><br>mit Spätzle  | <b>Hähnchenkeule »Landfrau«</b><br>auf einem Gemüsebett aus Wirsing und Karotten, dazu Salzkartoffeln           | <b>Bandnudeln Carbonara</b><br>mit geräuchertem Speck in Käsesoße<br><b>4,3 BE</b>                                      | <b>Gemüseeintopf mit Rindfleisch</b><br>Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, Steckrüben, Broccoli, Sellerie und Kartoffeln<br><b>1,4 BE</b>      | <b>Stroganoff-Topf</b><br>geschnetzeltes Rindfleisch in sahniger Soße mit Champignons, Gurken und Zwiebeln, Spätzle mit Bröseln       | <b>Karottensalat</b>                 | <b>Feiner Pudding</b>            |
|                                | ⌚ G   | ⌚ A1, C, G, L AK   | ⌚ L   | ⌚ A1, C, G 7  | ⌚ L AK  | ⌚ A1, C, G, L   | ⌚ V 2 3                              |                                  |
| <b>Di.<br/>03.03.<br/>2026</b> | <b>Kürbissuppe</b><br>mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert  | <b>Zwei Rinderfrikadellen</b><br>auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben            | <b>Kartoffelsuppe »Norddeutsche Art«</b><br>mit geschnittener Bockwurst   | <b>Gebackene Fischstäbchen</b><br>(aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree<br><b>4,4 BE</b> | <b>Kartoffel-Gemüsegericht</b><br>mit Karotten, Broccoli und Blumenkohl in heller Rahmsoße<br><b>3,8 BE</b>                                 | <b>Hähnchenbrustfilet »Spinat &amp; Tomate«</b><br>in Blattspinat-Käsesoße mit Tomaten verfeinert, Penne-Nudeln                       | <b>Gurkensalat »Special«</b>         | <b>Süßes Gebäck</b>              |
|                                | ⌚   | ⌚ A1, C, G, L  | ⌚ L, M 3 7  | ⌚ A1, D, G AK   | ⌚ G, L AK   | ⌚ A1, G   | ⌚ A1, C, G, M 2                      |                                  |
| <b>Mi.<br/>04.03.<br/>2026</b> | <b>Tomaten-Rahmsuppe</b><br>mit Muschelnudeln und Kräutern  | <b>Bunte Geflügelpfanne</b><br>mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle                             | <b>Gemüsepfanne mit geschnittenen Gemüsemaultaschen</b><br>Karotten, rote Paprika, Erbsen, Mais und Champignons | <b>Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein</b><br>in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln<br><b>3,6 BE</b>  | <b>Sahnegeschnetzeltes</b><br>vom Schwein, Pariser Karotten, Spätzle-Nudeln<br><b>3,3 BE</b>  | <b>Süßkartoffel-Curry</b><br>mit roten Paprikastreifen, Erbsen, Auberginen und Lauchzwiebeln, dazu Basmati-Reis                       | <b>Weißkrautsalat »Cole Slaw«</b>    | <b>Fruchtiges Joghurtdessert</b> |
|                                | ⌚ A1, C, G  | ⌚ A1, C, G, L  | ⌚ A1, C, L  | ⌚ A1, C, G, L, M AK   | ⌚ A1, G, L AK   | ⌚ V G   | ⌚ C, M 2 3                           |                                  |
| <b>Do.<br/>05.03.<br/>2026</b> | <b>Kartoffel-Spinatsuppe</b><br>Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse. | <b>Schwäbisches Linsengericht</b><br>mit Saitenwürstchen vom Schwein und Spätzle                     | <b>Eierpfannkuchen mit Sauerkirschfüllung</b><br>Vanillesoße  | <b>Hähnchenbrust</b><br>in fruchtiger Tomaten-Balsamico-Soße, dazu Gemüsereis<br><b>3,7 BE</b>                          | <b>Alaska-Seelachsfilet</b><br>in Senfsoße mit Karottenstreifen, dazu Dillkartoffeln<br><b>3,6 BE</b>                                       | <b>Schweineschnitzel »Mailänder Art«</b><br>paniert, mit Käse garniert, dazu fruchtige Tomaten-Gemüsesoße und Gabelspaghetti          | <b>Bauernsalat »Griechische Art«</b> | <b>Frisches Obst der Saison</b>  |
|                                | ⌚ G, L  | ⌚ A1, C, L 3 7   | ⌚ A1, C, G  | ⌚ AK  | ⌚ D, G, M AK  | ⌚ A1, C, G, L, M, N 7   | ⌚ A1, C, G, L 2 3                    |                                  |
| <b>Fr.<br/>06.03.<br/>2026</b> | <b>Broccoli-Rahmsuppe</b><br>Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli.                | <b>Drei Hackröllchen »Balkan-Art«</b><br>vom Schwein in pikanter Paprika-Soße mit Kräuter-Kartoffeln | <b>Broccoli-Bandnudeln</b><br>in Pilz-Sahnesoße   | <b>Schweineschnitzel in Rahmsoße</b><br>dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle<br><b>4,7 BE</b>                       | <b>Hähnchenbrustfilet in Apfelrahmsoße</b><br>mit Steckrüben-Kohlrabigemüse und Kräuterreis<br><b>4,4 BE</b>                                | <b>Scholle</b><br>paniert und goldbraun gebraten, Kräutersoße, Petersilienkartoffeln  | <b>Karottensalat</b>                 | <b>Feiner Pudding</b>            |
|                                | ⌚ G   | ⌚ A1, C  | ⌚ A1, C, G, L   | ⌚ A1, C, G, L AK  | ⌚ A1, G, L AK   | ⌚ A1, C, D, G, L, M   | ⌚ V 2 3                              |                                  |
| <b>Sa.<br/>07.03.<br/>2026</b> | <b>Steinpilz-Cremesuppe</b><br>mit Steinpilzen und Sahne verfeinert                                     | <b>Käse-Lauch-Suppe</b><br>mit Geflügelhack und einer Frühlingszwiebel Garnitur                      | <b>Hähnchentaler in cremiger Spinatsoße</b><br>Hähnchenbrustfiletstücke mit Spätzle-Nudeln                      | <b>Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf</b><br>mit Kartoffelwürfeln<br><b>2,4 BE</b>                               | <b>Bunte Gemüseplatte mit Kalbfleischbällchen</b><br>in heller Soße, Fingermöhren, Blumenkohl und Broccoli, Salzkartoffeln<br><b>2,6 BE</b> | <b>Hähnchen »Swiss Style«</b><br>feine Hähnchenbrustfiletstücke in würziger Pfeffer-Käsesoße mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree   | <b>Gurkensalat »Special«</b>         | <b>Süßes Gebäck</b>              |
|                                | ⌚ G   | ⌚ A1, G  | ⌚ A1, G, L  | ⌚ AK  | ⌚ A1, C, G AK   | ⌚ G, L  | ⌚ A1, C, G, M 2                      |                                  |
| <b>So.<br/>08.03.<br/>2026</b> | <b>Kürbissuppe</b><br>mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert  | <b>Zarte Hähnchenbrust</b><br>in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüsereis           | <b>Hacksteak in Rahmsoße</b><br>Blumenkohl, Salzkartoffeln wieder da!   | <b>Trivellinudeln</b><br>mit grünem Gemüsemix in Joghurtsoße<br><b>neu 4,7 BE</b>                                       | <b>Rindergulasch</b><br>in dunkler Soße, Kohlrabi- und Steckrübengemüse in heller Kräutersoße, Salzkartoffeln<br><b>3,1 BE</b>              | <b>Edles Festtagstöpfchen</b><br>zartes Filet vom Schwein und Hähnchenmedaillons in Rahmsoße, buntes Gemüse naturell und Eier-Knöpfle | <b>Weißkrautsalat »Cole Slaw«</b>    | <b>Fruchtiges Joghurtdessert</b> |
|                                | ⌚   | ⌚ G, L, M AK   | ⌚ A1, C, G, L 3 7   | ⌚ A1, G AK  | ⌚ G AK  | ⌚ A1, A5, C, G, L   | ⌚ C, M 2 3                           |                                  |

**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
- ⌚ = vegan
- ⌚ = enthält Gluten
- ⌚ = enthält Rindfleisch
- ⌚ = enthält Laktose
- ⌚ = enthält Antioxidationsmittel
- ⌚ = geschwefelt
- ⌚ = enthält Nitritpökelsalz
- ⌚ = enthält Phosphat
- ⌚ = enthält Süßungsmittel(n)
- ⌚ = enthält Zucker(n) und Süßungsmittel(n)

#### 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

02. bis 15. März 2026

Bitte geben Sie Ihre Bestellung  
spätestens am 16. Februar 2026 ab.



| Menü                  | 1 Tagessuppe<br>Lieferung nur mit Hauptgericht  | 2 Unsere Tagesempfehlung  | 3 Die gute Hausmannskost  | 4 Leicht und lecker<br>(teilw. mit Angabe der Broteinheiten)  | 5 Leckeres mit BE-Angabe   | 6 Unsere besondere Spezialitäten   | 7 Beilagensalat<br>Lieferung nur mit Hauptgericht     | 8 Dessert<br>Lieferung nur mit Hauptgericht |
|-----------------------|---|---|---|---|--|--|---|---|
| Mo.<br>09.03.<br>2026 | <b>Tomaten-Rahmsuppe</b><br>mit Muschelnudeln und Kräutern<br>A1, C, G  | <b>Frikadelle vom Rind und Schwein</b><br>in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln<br>A1, C, G, L | <b>Gulasch vom Schwein</b><br>in Bratensoße, Gemüsereis<br>G, L   | <b>Feine Gemüsevielfalt</b> mit einer Karottenecke in Knusperpanade, Romanesco-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln, dazu eine cremige Buttersoße<br>4,3 BE<br>A1, A3, G, L  AK | <b>Königsberger Klopse</b><br>in Kapernsoße, Karottengemüse, Salzkartoffeln<br>3,6 BE<br>A1, C, G, L  AK   | <b>Gekochte Rinderbrust</b><br>in delikater Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln<br>G, L, O  (3) (5)  | <b>Bauernsalat »Griechische Art«</b><br>G, L  (2) (3) | <b>Frisches Obst der Saison</b>             |
| Di.<br>10.03.<br>2026 | <b>Kartoffel-Spinatsuppe</b><br>Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.<br>G, L | <b>Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein</b><br>in Tomatensoße mit Langkornreis<br>A1, C, L              | <b>Schinken-Nudeln mit Rührei</b><br>und magerem, rohem Schinken<br>A1, C, M, N  (7)  | <b>Cremiger Milchreis</b><br>mit fruchtigen Mandarinenstückchen (mit Zucker(n) und Süßungsmittel)<br>5,1 BE<br>G  AK  (16)  | <b>Gekochtes Rindfleisch in Kräutersoße</b><br>Rote Bete, Kartoffeln<br>3,0 BE<br>G, L  AK   | <b>Gegrilltes Hähnchenbrustfilet »California Style«</b><br>mit Nudeln in Sahnesoße, garniert mit Lauch, Käse und Pfirsichwürfeln<br>A1, G  | <b>Karottensalat</b><br>(2) (3)                       | <b>Feiner Pudding</b>                       |
| Mi.<br>11.03.<br>2026 | <b>Broccoli-Rahmsuppe</b><br>Unsere hausgemachte Broccoli-Rahmsuppe mit feinem Broccoli.<br>G                   | <b>Herzhafe Rosenkohl-Kartoffelpfanne</b><br>mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur<br>                                   | <b>Schmandschnitzel »Hessische Art«</b><br>paniertes Schweineschnitzel in Sauerrahmsoße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln<br>A1, C, G, L | <b>Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße</b><br>(aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Möhren und Risi-Bisi<br>neu<br>3,9 BE<br>A1, D, G, M  AK                               | <b>Nudeleintopf</b><br>mit Broccoli, Karotten und gewürfeltem Schweinefleisch<br>3,3 BE<br>A1, C  AK   | <b>Putengeschnetzeltes »Fürsterin Art«</b><br>in Sahnesoße mit Champignons, Gemüsereis<br>A1, G, L  (7)  | <b>Gurkensalat »Special«</b><br>C, G, M  (2)          | <b>Süßes Gebäck</b>                         |
| Do.<br>12.03.<br>2026 | <b>Steinpilz-Cremesuppe</b><br>mit Steinpilzen und Sahne verfeinert<br>G  | <b>Nudeln in Rahmsoße</b><br>mit Lauch und herzhaftem Schinken<br>A1, G, L  (3) (7)                                 | <b>Erbseneintopf</b><br>mit Wiener Würstchen<br>L  (3) (7)  | <b>Hähnchenfilets »Gärtnerin Art«</b><br>in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis<br>4,2 BE<br>A1, G, L  AK  | <b>Gemüseragout</b><br>mit Petersilienkartoffeln<br>3,9 BE<br>A1, G, L  AK   | <b>2 Pfefferfrikadellen</b><br>mit grünem Pfeffer garniert, in Bratensoße, grüne Bohnen, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln<br>A1, C, L  (7)  | <b>Weißenkrautsalat »Cole Slaw«</b><br>C, M  (2) (3)  | <b>Fruchtiges Joghurtdessert</b>            |
| Fr.<br>13.03.<br>2026 | <b>Kürbissuppe</b><br>mit Kokosnussmilch und Ingwer verfeinert<br>  | <b>Gnocchi in einer Gemüsemischung »Mediterrane Art«</b><br>A1, G   | <b>Fischstäbchen</b><br>paniert, mit Kräutersoße, Petersilienkartoffeln<br>A1, C, D, G, L, M  | <b>Zartes Rindergeschnetzeltes »Stroganoff«</b><br>mit »Hausmacher-Spätzle«<br>4,6 BE<br>A1, C, G, L, M  AK   | <b>Hackbraten</b><br>in Soße, mit Steckrübenstreifen in heller Soße, verfeinert mit Petersilie, dazu Salzkartoffeln<br>3,5 BE<br>A1, C, G, L  AK | <b>Kalbsgeschnetzeltes »Zürcher Art«</b><br>in Champignon-Sahnesoße mit Weißwein abgeschmeckt, dazu Spätzle mit Bröseln<br>A1, C, G, L   | <b>Bauernsalat »Griechische Art«</b><br>G, L  (2) (3) | <b>Frisches Obst der Saison</b>             |
| Sa.<br>14.03.<br>2026 | <b>Tomaten-Rahmsuppe</b><br>mit Muschelnudeln und Kräutern<br>A1, C, G  | <b>Gyrossuppe</b><br>mit Schweinegeschnetzeltem<br>G  | <b>Apfelstrudel</b><br>mit Vanillesoße<br>A1, G   | <b>Spaghetti Bolognese</b><br>mit herzhafter Hackfleischsoße vom Rind und Schwein<br>5,8 BE<br>A1, C, L   | <b>Hähnchen-Medaillons</b><br>in heller Soße, mit Schmelzkäse verfeinert, dazu Broccoli und Knöpfle-Spätzle<br>4,0 BE<br>A1, C, G, L  AK  (16)   | <b>Nudelplatte</b> Variation aus Nudel-Spezialitäten: Rigatoni in fruchtiger Tomatensoße und grüne Tortellini mit Spinat-Ricotta-füllung in Kräuter-Sahnesoße<br>A1, C, G, L   (2) (3) | <b>Karottensalat</b><br>(2) (3)                       | <b>Feiner Pudding</b>                       |
| So.<br>15.03.<br>2026 | <b>Kartoffel-Spinatsuppe</b><br>Unsere klassische Kartoffel-Spinatsuppe mit Sahne, verfeinert mit Käse.<br>G, L | <b>Feine Gemüseauswahl</b><br>mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree<br>A1, G                                 | <b>Schweinebraten</b><br>in herzhafter Soße, Rosenkohl, Salzkartoffeln wieder da!<br>L  | <b>Rheinischer Sauerbraten vom Rind</b><br>mit Rosinensoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße<br>5,1 BE<br>A1, C, G, L  AK  | <b>Rahmgulasch</b><br>vom Schwein, Blumenkohl, Zöpfli-Nudeln<br>3,4 BE<br>A1, G, L  AK   | <b>2 Rinderrouladen</b> »Hausmacher Art«, mit Speck- und Zwiebelfüllung, in herzhafter Bratensoße, Apfelrotkohl, Salzkartoffeln mit Röstzwiebeln<br>A1, L, M  (3) (7)                  | <b>Gurkensalat »Special«</b><br>C, G, M  (2)          | <b>Süßes Gebäck</b>                         |

Wir helfen hier und jetzt.

[asb-mittelhessen.de/speisekarten](http://asb-mittelhessen.de/speisekarten)

ASB Landesverband Hessen e.V.  
Regionalverband Mittelhessen

**ASB**  
Arbeiter-Samariter-Bund

# Bestellschein

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. März 2026

KW 10

09. bis 15. März 2026

KW 11

|                              |   |   |   |   |   |   |   |   |                              |   |   |   |   |   |   |   |   |
|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|
| <b>Mo.</b><br>02.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>Mo.</b><br>09.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <b>Di.</b><br>03.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>Di.</b><br>10.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <b>Mi.</b><br>04.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>Mi.</b><br>11.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <b>Do.</b><br>05.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>Do.</b><br>12.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <b>Fr.</b><br>06.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>Fr.</b><br>13.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <b>Sa.</b><br>07.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>Sa.</b><br>14.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| <b>So.</b><br>08.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | <b>So.</b><br>15.03.<br>2026 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Wohnort

Telefon

# 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

