



# Speisekarte "Essen auf Rädern"

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit



für die 1. Woche vom  
16.09.2019 bis 22.09.2019

Ambulantes Gesundheitszentrum Artland gGmbH, Telefon: 05431-6746

	Montag, 16.09.	Dienstag, 17.09.	Mittwoch, 18.09.	Donnerstag, 19.09.	Freitag, 20.09.	Samstag, 21.09.	Sonntag, 22.09.
<b>Vollkost Menue 1</b>	Kasselerbraten mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Spitzkohleintopf mit Schweinefleisch	Schaschlik mit Zigeunersauce, Spätzle und Salat	Schweineschnitzel "Hawaii" mit holländischer Sauce, Reis und Salatteller	Gegrilltes Fischfilet auf Chinakohlgemüse, dazu Kräuterkartoffeln	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch	Schinkenbraten mit Rahmsauce, Prinzeßbohnen und Schwenkkartoffeln
<b>Leichte Vollkost Menue 2 Basis</b>	Überbackenes Gemüse auf Kochschinken, Käsesauce und Kartoffeln	Hähnchenkeule mit Rahmsauce, Karottengemüse und Kartoffeln	Gegrillte Putenbrust mit Brokkoli und Salzkartoffeln	Geflügelbratwurst mit Kohlrabi in Rahm und Kartoffelpüree	Schinkennudeln mit Tomatensauce und Salatteller		
<b>Vegetarisch Menü 3</b>	Griechisches Moussaka mit Käsesauce und Salat	Sommergemüse-eintopf mit Dinkelbrötchen	Möhren-Selleriepuffer mit Dipp und Salatteller	Asiapfanne mit Reis und Salatteller <sup>2</sup>	Pizza "Napoli" mit Salatteller	Pichelsteiner Eintopf mit Brötchen	Gefüllte Paprikaschote mit Zwiebelsauce und Salat <sup>2</sup>
<b>Vitalkost</b> zu empfehlen bei Diabetes, Reduktion und Cholesterinarm	Kasselerbraten mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Hähnchenkeule mit Rahmsauce, Karottengemüse und Kartoffeln	Schaschlik mit Zigeunersauce, Spätzle und Salat	Asiapfanne mit Reis und Salatteller <sup>2</sup>	Gegrilltes Fischfilet auf Chinakohlgemüse, dazu Kräuterkartoffeln	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch	Schinkenbraten mit Rahmsauce, Prinzeßbohnen und Schwenkkartoffeln
<b>Dessert</b>	Kompott <sup>2</sup>	Rote Grütze	Vanillepudding <sup>2</sup>	Quarkspeise <sup>2</sup>	Obst	Joghurt	Vanillebecher <sup>2</sup>

Sie können zu Ihrem Menue eine Gemüsebeilage oder Salatteller wählen!

Änderungen vorbehalten!



# Speisekarte "Essen auf Rädern"



für die 2. Woche vom  
23.09.2019 bis 29.09.2019

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit

Ambulantes Gesundheitszentrum Artland gGmbH Telefon: 05431 / 6746

	Montag, 23.09.	Dienstag, 24.09.	Mittwoch, 25.09.	Donnerstag, 26.09.	Freitag, 27.09.	Samstag, 28.09.	Sonntag, 29.09.
							<b>Tagessuppe</b>
<b>Vollkost (Menue 1)</b>	Serbisches Reisfleisch mit Salatteller	Rindfleisch mit Meerrettichsauce, Kartoffelpüree und Rote Bete Salat	Schweinebraten mit Rahmsauce, Gartengemüse und Salzkartoffeln	Hähnchen "Cordon bleu" mit Waldpilzsauce, Zuckererbsen und Kartoffeln	"Matjesstip" mit Prinzeßbohnen und Petersilienkartoffeln	Hühnersuppen-eintopf mit Reis	Rinderroulade mit Blumenkohl und Dampfkartoffeln
<b>Leichte Vollkost (Menue 2)</b>	Putenmedaillon mit brauner Sauce, Kaisergemüse und Petersilienkartoffeln	Gemüseintopf mit Würstchen	Hühnerbrust "Weiße Dame" mit Butterreis und Salatteller	Schweinegeschnetztes mit Spätzle und Salatteller	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffelpüree		Geflügelroulade <sup>4</sup> mit Blumenkohl und Dampfkartoffeln
<b>Vegtarische Kost (Menü 3)</b>	"Hirtentasche" gefüllt mit Fetakäse, dazu Gemüsesauce, Reis und Salat	Gemüseintopf mit Grießklößchen	Vegetarische Kohlroulade mit Zwiebelsauce, Kartoffeln und Salat	Blumenkohl-Käsemedaillon mit Rahmsauce, Kartoffeln und Salat	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	Gemüseintopf mit Grießklößchen	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce, Reis und Salatteller <sup>2</sup>
<b>Vitalkost zu empfehlen bei Diabetes, Reduktion Cholesterinarm</b>	Putenmedaillon mit brauner Sauce, Kaisergemüse und Petersilienkartoffeln	Rindfleisch mit Meerrettichsauce, Kartoffelpüree und Rote Bete Salat	Hühnerbrust "Weiße Dame" mit Butterreis und Salatteller	Schweinegeschnetztes mit Spätzle und Salatteller	Gebrautes Fischfilet, Senfsauce, Salzkartoffeln und Salat	Hühnersuppen_eintopf mit Reis	Rinderroulade mit Blumenkohl und Dampfkartoffeln
<b>Dessert</b>	Kompott	Rote Grütze	Grießpudding mit Fruchtsauce	Quarkcremespeise	Obst	Joghurt	Schokobecher

Sie können zu Ihrem Menü eine Gemüsebeilage oder einen Salatteller wählen!

Änderungen vorbehalten!



# Speisekarte "Essen auf Rädern"

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit



für die 3. Woche vom  
30.09.2019 bis 06.10.2019

Ambulantes Gesundheitszentrum Artland gGmbH Telefon: 05431 / 6746

	Montag, 30.09.	Dienstag, 01.10.	Mittwoch, 02.10.	Donnerstag, 03.10.	Freitag, 04.10.	Samstag, 05.10.	Sonntag, 06.10.
				Tag der Dt. Einigkeit			
<b>Vollkost (Menue 1)</b>	Zucchini-Hackfleischpfanne mit Püree	Spaghetti "Bolognaise" mit Reibekäse und Salatteller	Frische Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Schwerinelendchen mit Pilzrahmsause Butterbohnen und Petersilienkartoffeln	Schollenfilet "Finkenwerder" Kartoffeln und Salat	Holländer Eintopf mit Hackfleisch	Rinderschmorbraten mit Rahmsauce, Kohlrabi und Petersilienkartoffeln
<b>Leichte Vollkost (Schonkost) (Menue 2)</b>	Gebratener Leberkäse mit Kartoffelpüree und Möhrengemüse	Holsteiner Kartoffelsuppe mit Fleischeinlage	Ged. Fischfilet mit Käsesauce, Kartoffeln und Salat der Saison		Omelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree		
<b>Vegetarisch (Menü 3)</b>	Kartoffel Calzone auf Ratatouillegemüse	Veg. Gemüsechili im Reisrand mit Salatteller	Gebackene Champignons mit Tzatziki, Kartoffeln und Salat der Saison	Gemüseravioli mit pikanter Sauce und Salatteller	Rosmarinkartoffeln "Mediterran" auf Gemüsebett und Salat	Möhreneintopf mit Apfel	Maultaschen in Gemüsesauce und Salat
<b>Vitalkost zu empfehlen bei Diabetes, Reduktion, Cholesterinarm</b>	Gebratener Leberkäse mit Kartoffelpüree und Möhrengemüse	Spaghetti "Bolognaise" mit Reibekäse und Salatteller	Ged. Fischfilet mit Käsesauce, Kartoffeln und Salat der Saison	Schwerinelendchen mit Pilzrahmsause Butterbohnen und Petersilienkartoffeln	Omelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	Holländer Eintopf mit Hackfleisch	Rinderschmorbraten mit Rahmsauce Petersilienkartoffeln und Kohlrabi
<b>Dessert</b>	Dessert	Schokoladencreme <sup>2</sup>	Rote Grütze	Quarkspeise <sup>2</sup>	Orangencreme <sup>2</sup>	Dessert	Dessert

Sie können zu Ihrem Menue eine Gemüsebeilage oder Salatteller wählen!

Änderungen vorbehalten!



# Speisekarte "Essen auf Rädern"



für die 4. Woche vom  
7.10.2019 bis 13.10.2019

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit

Ambulantes Gesundheitszentrum Artland gGmbH Telefon: 05431 / 6746

	Montag, 7.10.	Dienstag, 8.10.	Mittwoch, 9.10.	Donnerstag, 10.10.	Freitag, 11.10.	Samstag, 12.10.	Sonntag, 13.10.
<b>Vollkost ( Menü 1 )</b>	"Pikata Milanaise" (Schnitzel in Käse-Eihülle) Spaghetti, Tomatensauce und Salat	Erbseneintopf mit Rauchfleisch	Spießbraten "Zigeuner Art" mit Kartoffeln und Salatteller	Schweineroulade mit Senfjus, Kartoffeln und Salatteller	Gebackenes Fischfilet mit Kräutersauce, Salzkartoffeln und Salatteller	Bohneneintopf mit Fleischeinlage	Gegrillter Schweinebraten, Erbsen-Möhrengemüse und Salzkartoffeln
<b>Leichte Vollkost ( Menü 2 )</b>	Gekochte Eier in Kräutersauce, Püree und Fingermöhrrchen	Schweinegeschnetzeltes mit Spätzle und Salatteller	Gegrilltes Hähnchenbrustfilet mit Rahmmöhrrchen und Schwenkkartoffeln	Hackfleischbraten mit Blumenkohl und Petersilienkartoffeln	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffelpüree		...mit Möhrengemüse
<b>Vegetarische Kost (Menü 3)</b>	Frühlingsröllchen mit Asiasauce, Gemüseris und Salatteller	Erbseneintopf mit Grießklößchen	Pilzragout mit Rösti und Salatteller	Gemüsepfanne mit Reis und Salatteller	Brokkolinssecke mit Salzkartoffeln und Salatteller	Vegetarischer Bohneneintopf mit Brötchen	Gemüseschnitzel mit Kräuterdip, Salzkartoffeln und Salat <sup>2</sup>
<b>Vitalkost zu empfehlen bei Diabetes, Reduktion, Cholesterinarm</b>	"Pikata Milanaise" (Schnitzel in Käse-Eihülle) Spaghetti, Tomatensauce und Salat	Schweinegeschnetzeltes mit Spätzle und Salatteller	Gegrilltes Hähnchenbrustfilet mit Rahmmöhrrchen und Schwenkkartoffeln	Hackfleischbraten mit Blumenkohl und Kartoffelpüree	Gebackenes Fischfilet mit Kräutersauce, Salzkartoffeln und Salatteller	Bohneneintopf mit Rindfleisch	Gegrillter Schweinebraten, Möhrengemüse und Salzkartoffeln
<b>Dessert</b>	Dessert	Moccacreme	Rote Grütze <sup>1, 2</sup>	Joghurtspeise	Obst / Fruchtcreme <sup>2</sup>	Dessert	Dessert

Sie können zu Ihrem Menue eine Gemüsebeilage oder Salatteller wählen!

Änderungen vorbehalten!



# Speisekarte "Essen auf Rädern"



für die 5. Woche vom  
14.10.2019 bis 20.10.2019

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit

Ambulantes Gesundheitszentrum Artland gGmbH Telefon: 05431 / 6746

	Montag, 14.10.	Dienstag, 15.10.	Mittwoch, 16.10.	Donnerst. 17.10.	Freitag, 18.10.	Samstag, 19.10.	Sonntag, 20.10.
<b>Vollkost (Menü 1)</b>	Frikadelle mit Balkangemüse und Schwenkartoffeln	Gyros mit Tzatziki, Tomatenreis und Salatteller	Bratwurst mit Lauchgemüse und Kartoffelpüree	Rindersaft-goulasch mit Salzkartoffeln und Bohnensalat	Hackfleisch-Kohlpfanne mit Kartoffelpüree	Nudeleintopf mit Fleischeinlage	Rinderschmorbraten mit Rahmsauce, Apfelrotkohl und Salzkartoffeln
<b>Leichte Vollkost (Menü 2)</b>	Gegrilltes Fischfilet an friesischer Sauce, Butterreis und Salat	Sommergemüse - eintopf mit Fleischeinlage	Geflügelsteak mit Rahmsauce, Nudeln und Salat	Fleischklopse mit holländischer Sauce, Bokkoligemüse und Püree	Ged. Fischfilet "Helgoländer Art", Petersilienkartoffeln und Salat <sup>2</sup>		Rinderschmorbraten mit Rahmsauce, Gartengemüse und Salzkartoffeln
<b>Vegetarisch (Menü 3)</b>	Blumenkohlgratin mit Kartoffeln und Salat	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Tzatziki und Salatteller <sup>2</sup>	Gemüsenuggets mit Käsesauce, Nudeln und Salat	Tortellini mit pikanter Sauce und Salatteller	Omelette mit Tomatensauce, Püree und Salat <sup>2</sup>	Vegetarischer Nudeleintopf mit Grießklößchen	Champignon-tasche <sup>2,6</sup> mit Kartoffeln und Salat
<b>Vitalkost</b> zu empfehlen bei Diabetes, Reduktion und Cholesterinarm	Frikadelle mit Balkangemüse und Schwenkartoffeln	Gyros mit Tzatziki, Tomatenreis und Salatteller	Geflügelsteak mit Rahmsauce, Nudeln und Salat	Rindersaft-goulasch mit Salzkartoffeln und Bohnensalat	Ged. Fischfilet "Helgoländer Art" Petersilienkartoffeln, Salat <sup>2</sup>	Nudeleintopf mit Fleischeinlage	Rinderschmorbraten mit Rahmsauce, Apfelrotkohl und Salzkartoffeln
<b>Dessert</b>	Kompott	Mandelcreme	Rote Grütze	Joghurtspeise	Orangencreme/ Obst	Schokoquark	Vanillespeise

Sie können zu Ihrem Menue eine Gemüsebeilage oder Salatteller wählen!

Änderungen vorbehalten!