

S P E I S E K A R T E

40./2026	Montag 28. September	Dienstag 29. September	Mittwoch 30. September	Donnerstag 1. Oktober	Freitag 2. Oktober	Samstag 3. Oktober	Sonntag 4. Oktober
Menü: GELB € 10,50 Eintopf-Gericht	Holsteiner Erbseneintopf mit Rauchfleisch und Bockwurst Nachtisch: Fruchtojoghurt 4, 4a, 9, B, C, G (6)	Ital. Tomatensuppe mit Nudeln, Gemüse und Fleischklößen Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 1, 4, 4a, 6, 9 (6)	Schnittbohneeneintopf mit magerem Schweinefleisch Nachtisch: Mandarinenquark 4, 4a, 9 (6)	Frühlingssuppe »Hausfrauen-Art« mit Zwiebeln, Lauch, Nudeln und Hühnerfleisch Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 4, 4a, 9 (6, 7, 7a, A)	Blumenkohlentopf mit Kartoffeleinlage und Geflügelwienener Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 1, 4, 4a, 6, 9, B, C (6)	Ungarisches Kesselgulasch mit Rindfleisch, Paprika, Gurken und Kartoffelstücken Nachtisch: Grießspeise mit Aprikosensoße 4, 4a, 9 (4, 4a, 6, C, E)	Kartoffelsuppe »Holsteiner Art« mit Speckstippe und Würstchen Nachtisch: Milchreis mit Zimt-Apfel 4, 4a, 6, 9, A, B, C, D, G (6)
Menü: ROT € 11,50 Tagesgericht	»Falscher Hase« in Bratensoße, dazu Apfelrotkohl und Kartoffeln Nachtisch: Fruchtojoghurt 1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6)	Nackensteak »Jäger Art« mit Pilzsoße, Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 4, 4a, 6, B, C (6)	Gefüllte Kohlroulade in Speckrahmsoße, dazu Kartoffelpüree Nachtisch: Mandarinenquark 4, 4a, 6, 9, B, C (6)	Geflügel »Cordon bleu« mit Rahmsoße, dazu Buttererbsen und Gnocchi Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 1, 4, 4a, 6, 9, B, C, G (6, 7, 7a, A)	Grünkohl mit Kochwurst und Kartoffeln Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 4, 4a, 6, 9, 10, A, B, C (6)	Lebergeschnetzeltes vom Rind, mit Apfel-Zwiebel-Soße, dazu Kartoffelpüree Nachtisch: Grießspeise mit Aprikosensoße 4, 4a, 6 (4, 4a, 6, C, E)	Truthahnrollbraten in Sahnesoße, dazu Pariser Karotten und Kartoffeln Nachtisch: Milchreis mit Zimt-Apfel 4, 4a, 6, 9 (6)
Menü: GRÜN € 11,50 Vegetarisch Vital Schonkost-Tabelle: s. Rückseite	Makkaroni mit Hokkaidokürbissoße Beilage: Grüner Salat mit Kräuterdressing Nachtisch: Fruchtojoghurt 1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6)	Eieromelette in holl. Soße, dazu Erbsen und Kartoffelpüree Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 1, 4, 4a, 6, 9, C (6)	Vegetarische Bolognese aus roten Linsen, dazu Spaghetti Nachtisch: Mandarinenquark 4, 4a, 9 (6)	Pikantes Pilzgulasch mit Zwiebeln, Lauch und Reis Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 4, 4a, 6, 9 (6, 7, 7a, A)	Gerösteter Rosenkohl dazu Nuss-Soße mit Käse und Kartoffelpüree Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 4, 4a, 6, 7, 9 (6)	Gebackener Camembert im Knuspermantel, dazu Pfannengemüse und Nudeln Nachtisch: Grießspeise mit Aprikosensoße 1, 4, 4a, 6, 9 (4, 4a, 6, C, E)	Vegetarische Bratwurst auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree Nachtisch: Milchreis mit Zimt-Apfel 1, 4, 4a, 6, C (6)
Menü: BLAU € 11,80 Diätkost Diätkost-Tabelle: s. Rückseite	Hühnerfrikassee mit Champignon-Spargel-Soße, dazu Butterreis Diät-Nachtisch: Fruchtojoghurt 1, 4, 4a, 6, 9 (6, H)	Pikante Schweineroulade dazu grüne Bohnen und Kartoffeln Diät-Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 4, 4a, 6, 9, 10, C (6, H)	Gebratene Hähnchenbrustfilets in Rahmsoße, dazu Leipziger Allerlei und Kartoffeln Diät-Nachtisch: Mandarinenquark 4, 4a, 6, 9 (6, H)	Rinderbraten in Meerrettichsoße, dazu Romanesco und Kartoffeln Diät-Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 4, 4a, 6, 9, 10 (6, 7, 7a, A)	Frisches Brathersteifilet auf Julienne-Gemüse, mit Petersiliensoße und Kartoffeln Diät-Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 1, 3, 4, 4a, 6, 9 (6, H)	Thüringer Mettsteak dazu gestobten Blumenkohl und Kartoffeln Diät-Nachtisch: Grießspeise mit Aprikosensoße 1, 4, 4a, 6, 9, 10 (4, 4a, 6, C, E, H)	Hirschgulasch in Wacholderrahm, dazu Speckpilze und Spätzle Diät-Nachtisch: Milchreis mit Zimt-Apfel 1, 4, 4a, 6, 9, B, C, H (6, H)
Menü: GOLD € 12,00 Hanseatens-Menü	Schlemmer-Menü Wildschweinbraten in Backpflaumensoße, Spitzkohl in Rahm, Semmelknödel Nachtisch: siehe oben Menü-Aufpreis: Euro 2,90 1, 4, 4a, 6, 9 (6)	Rehgulasch in Preiselbeersoße mit Rotkohl und Spätzle Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 1, 4, 4a, 6, 9, H (6)	Seehechtfilet »gebraten« in Kräutersahnesoße, dazu Möhren und Kartoffeln Nachtisch: Mandarinenquark 3, 4, 4a, 6, 9 (6)	1 Paar Weißwürste auf Sauerkraut, dazu Kartoffelspeckpüree Beilage: Süßer Senf Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 4, 4a, 6, 10, B, C, G (6, 7, 7a, A)	Gebratene Hähnchenbrust in Rahmsoße, dazu Broccoli und Spätzle Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 1, 4, 4a, 6, 9 (6)	Bürozeiten: Montag - Freitag 09.00 - 14.00 Uhr Umbestellungen bitte am Vortag bis 14.00 Uhr. Am Liefertag und am Wochenende können keine Umbestellungen vorgenommen werden. Name: _____ Kunden-Nr. _____	
INTERNATIONAL € 12,00 Spezialitäten aus aller Welt	Griechisch Fischroulade »Mykonos« gefüllt mit Spinat und Käse, in Kräutersoße, dazu Reis Nachtisch: Fruchtojoghurt 3, 4, 4a, 6, 9 (6)	Amerikanisch Makkaroni mit Rindfleischbällchen dazu Cajun-Kokossoße Beilage: Gurkensalat in Rahm Nachtisch: s. o. 1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6)	Türkisch Kebab vom Kalb und Rind, dazu Tomatenreis Beilage: Tzatziki Nachtisch: Mandarinenquark 6, 9 (6)	Chinesisch Schweinefleisch »süß-sauer« mit buntem Chinagemüse und Reis Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 9, 10, 12, A, B (6, 7, 7a, A)	Italienisch Gefüllte Lasagne mit gem. Hack und Spinat, mit Grana Padano überbacken Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 1, 4, 4a, 6 (6)	Legende für die Werte im Speiseplan (in Klammern: Dessert) 1 Ei 2 Erdnüsse 3 Fisch 4 glutenhaltige Getreide und Produkte 4a Weizen 4b Roggen 4c Gerste 4d Hafer 4e Dinkel 4f Kamut 5 Krebstiere 6 Milch einschl. Laktose 7 Schalenfrüchte 7a Mandeln 7b Haselnuss 7c Walnuss 7d Cashewnuss 7e Pekannuss 7f Paranuss 7g Pistazie 7h Macadamianuss 8 Schwefeldioxid/Sulfite 9 Sellerie 10 Senf 11 Sesam 12 Soja 13 Lupinen 14 Weichtiere A Farbstoff B Konservierungsstoff C Antioxidationsmittel D Geschmacksverstärker E geschwefelt F geschwärzt G Phosphat H Süßungsmittel I enthält Phenylalaninquelle (Aspartam) J gewachst	
Salatplatte € 9,70 ** alle Salate mit kleinem Brötchen	Bunter Chefsalat** mit Käse- und Schinkenstreifen, 2 halbe Eier und American-Dressing Nachtisch: Fruchtojoghurt 1, 4, 4a, 6, 10, B, C (6)	Sizilianischer Salat** Paprika, Tomaten, Mettwurst, Oliven, Hirtenkäse, Krautsalat, Zwiebeln, Knoblauch-Dressing Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 1, 4, 4a, 6, 10, A, B, C, H (6)	Canarischer Salat** mit Eisberg, Tomaten, Gurken, Zwiebeln, Thunfisch und Kräuter-Dressing Nachtisch: Mandarinenquark 1, 3, 4, 4a, 6, 10 (6)	Salatplatte »Paradies«** mit Tomaten, Ananas, Gurken, Karotten, Hähnchen-Nuggets und Curry-Dressing Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6, 7, 7a, A)	Mozzarella-Salat** mit Eisberg, Tomaten und Zwiebeln Italien-Dressing Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6)		
Kaltplatte oder Süßspeise mit Nachtisch € 9,70	Magere Sülze mit Remoulade und Kartoffelsalat „natur“ 1, 6, 10, A, B, C, D (6)	Rote Grütze mit Vanillesoße 6 (6)	Schweineschnitzel »paniert« dazu Gewürzgurke und bunter Kartoffelsalat 1, 4, 4a, 6, 10 (6)	Milchreis mit Kirschkompott 6 (6, 7, 7a, A)	Geräucherte Putenbrust mit Ananas und Waldorfsalat, dazu Weißbrot und Butter 1, 4, 4a, 6, 9, 10, A, B, C, G (6)		

Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten.

Portionspreise inkl. gesetzl. MwSt.

Heide Menü-Dienst · Sigrid Scheiter
Boecklerstr. 14 · 21339 Lüneburg