S P E I S E K A R T E

29./2026	Montag 13. Juli	Dienstag 14. Juli	Mittwoch 15. Juli	Donnerstag 16. Juli	Freitag 17. Juli	Samstag 18. Juli	Sonntag 19. Juli
Menü: **GELB** € 10,50 Eintopf-Gericht	**Holsteiner Erbseneintopf** mit Rauchfleisch und Bockwurst Nachtisch: Fruchtjoghurt 4, 4a, 9, B, C, G (6)	**Ital. Tomatensuppe** mit Nudeln, Gemüse und Fleischklößen Nachtisch: Vanillepudding mit Erdbeersoße 1, 4, 4a, 6, 9 (6)	**Schnittbohneneintopf** mit magerem Schweinefleisch Nachtisch: Mandarinenquark 4, 4a, 9 (6)	**Frühlingssuppe** »Hausfrauen-Art« mit Zwiebeln, Lauch, Nudeln und Hühnerfleisch Nachtisch: Mandelpudding mit Ananassoße 4, 4a, 4b, 4c, 4d, 4e, 4f, 9 (6, 7, C)	**Blumenkohleintopf** mit Kartoffeleinlage und Geflügelwiener 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: Fruchtjoghurt 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, C)	**Schinkenkrakauer** auf Speckkohl, dazu Kartoffeln Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 4, 4a, 9, 10, B, C, D, G (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: Fruchtjoghurt 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, C)	**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: Fruchtjoghurt 1, 4, 4a, 6, 9 (6, H)	**Pikante Schweineroulade** dazu grüne Bohnen und Kartoffeln Diät-Nachtisch: Vanille-pudding 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: Mandelpud-ding mit Ananassoße 4, 4a, 6, 9, 10 (6, 7, C, H)	**Frisches Bratheringfilet** auf Julienne-Gemüse, mit Peter-siliensoße und Kartoffelpüree 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 Hanseaten-Menü	*Schlemmer-Menü* **Wildschweinbraten** in Backpflaumensoße, Spitz-kohl 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, C)	**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: Fruchtjoghurt 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, C)	*Italienisch* **Gefüllte Lasagne** mit gem. Hack und Spinat, mit Grana Padano überbacken Nachtisch: Kirschgrütze mit Vanillesoße 1, 4, 4a, 6 (6)		
Salatplatte € 9,70 ** alle Salate mit kleinem Brötchen	**Bunter Chefsalat**** mit Käse- und Schinken-streifen, 2 halbe Eier und American-Dressing Nachtisch: Fruchtjoghurt 1, 4, 4a, 6, 9, 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, C)	**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, C)	**Geräucherte Putenbrust** mit Ananas und Waldorfsalat, dazu Weißbrot und Butter 1, 4, 4a, 6, 9, 10, A, B, C, G (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** Macadamia-nuss **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** Süßungsmitteln **I** enthält Phenylalaninquelle (Aspartam) **J** gewachst

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

Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten. Portionspreise inkl. gesetzl. MwSt.