

# S P E I S E K A R T E

| 31./2026                                                                             | Montag<br>27. Juli                                                                                                                                     | Dienstag<br>28. Juli                                                                                                                                           | Mittwoch<br>29. Juli                                                                                                                                                                                      | Donnerstag<br>30. Juli                                                                                                                            | Freitag<br>31. Juli                                                                                                                                                                      | Samstag<br>1. August                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Sonntag<br>2. August                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Menü: <b>GELB</b><br>€ 10,50<br>Eintopf-Gericht                                      | <b>Grüner Bohneneintopf</b><br>mit Kasselerstreifen<br>Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>4, 4a, 9, B, C (6)                                                  | <b>Erseneintopf</b><br>mit Rauchfleisch und Würstchen<br>Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>4, 4a, 9, A, B, C, D, G (6)                                | <b>Frischer Möhreineintopf</b><br>mit Speckwürfeln und Würstchen<br>Nachtsch: Pfirsich Melba<br>4, 4a, 9, A, B, C, D, G (6)                                                                               | <b>Chili con Carne</b><br>Mexikanischer Bohneneintopf, mit Rinderhack und Reis<br>Nachtsch: Bananenquark<br>4, 4a, 9 (6)                          | <b>Linseneintopf</b><br>mit Gemüse, Bockwürstchen und Schweinefleisch<br>Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>4, 4a, 9, A, B, C, D, G (4, 4a, 6)                                     | <b>Bunter Gemüseeintopf</b><br>mit Hühnerfleisch und Nudeln<br>Nachtsch: Milchreis mit Zimtapfel<br>4, 4a, 9 (6)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Steckrübeneintopf</b><br>mit geräucherten Speckwürfeln und Kochwurst<br>Nachtsch: Karamellpudding mit Vanillesoße<br>4, 4a, 9, 10, A, B, C (6)      |
| Menü: <b>ROT</b><br>€ 11,50<br>Tagesgericht                                          | <b>Spanferkelbraten</b><br>auf Weißkohl, mit Speck und Knödeln<br>Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>4, 4a, 9, B, C (6)                                       | <b>4 Fischstäbchen</b><br>auf Kartoffelpüree, dazu gest. Rahmgemüse<br>Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>1, 3, 4, 4a, 6, 9 (6)                        | <b>Feine Bratwurst</b><br>in Rahmsoße, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln<br>Nachtsch: Pfirsich Melba<br>4, 4a, 6, 9, 10, B, C, D, G (6)                                                                    | <b>Schweinerollbraten</b><br>in roter Pfeffersoße, dazu Romanesco und Kartoffeln<br>Nachtsch: Bananenquark<br>4, 4a, 6, 9 (6)                     | <b>Rindfleisch-Frikadelle</b><br>mit Bratensoße, dazu Rosenkohl und Kartoffeln<br>Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>1, 4, 4a, 6, 9, 10, G (4, 4a, 6)                              | <b>Burgunderbraten</b><br>in Rotweinsoße, dazu Sauerkraut und Kartoffelspätzle<br>Nachtsch: Milchreis mit Zimtapfel<br>1, 4, 4a, 6, 8, 9, B, C (6)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Hähnchensteak »natur«</b><br>mit Geflügelrahmsoße, Blumenkohl und Kartoffeln<br>Nachtsch: Karamellpudding mit Vanillesoße<br>4, 4a, 6, 9 (6)        |
| Menü: <b>GRÜN</b><br>€ 11,50<br>Vegetarisch Vital<br>Schonkost-Tabelle: s. Rückseite | <b>Vierländer Gemüseplatte</b><br>mit Spargelstücken in holl. Soße, dazu Kartoffelpüree<br>Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>1, 4, 4a, 6, 9 (6)              | <b>Spaghetti</b><br>mit vegetarischer Bolognese und Grana Padano<br>Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>1, 4, 4a, 6 (6)                                 | <b>Tomatencremesuppe</b><br>mit 2 Gemüsemaultaschen<br>Nachtsch: Pfirsich Melba<br>1, 4, 4a, 6, 9 (6)                                                                                                     | <b>Paprikaschote</b><br>mit vegetarischer Füllung, dazu Tomatensoße und Gemüsereis<br>Nachtsch: Bananenquark<br>1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6)            | <b>Kräuter-Rührei</b><br>mit Blumenkohl in holl. Soße, dazu Salzkartoffeln<br>Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>1, 4, 4a, 6, 9 (4, 4a, 6)                                         | <b>Rote Bete Puffer</b><br>auf Spaghetti, mit Pestosahnesoße<br>Nachtsch: Milchreis mit Zimtapfel<br>1, 4, 4a, 6, 9 (6)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>2 Kartoffeltaschen</b><br>mit Frischkäse gefüllt, dazu Kaisergemüse in Rahm<br>Nachtsch: Karamellpudding mit Vanillesoße<br>1, 4, 4a, 6, 9 (6)      |
| Menü: <b>BLAU</b><br>€ 11,80<br>Diätkost<br>Diätkost-Tabelle: s. Rückseite           | <b>Hühnerfrikassee</b><br>mit Erbsen und Möhren, dazu Reis<br>Diät-Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>4, 4a, 6, 9 (6, H)                                      | <b>Königsberger Klopse</b><br>in Kapernsoße, dazu Kartoffeln<br>Beilage: Rote Bete<br>Diät-Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>1, 4, 4a, 6, 9, H (6, H) | <b>Rinderbraten</b><br>in Rahmsoße, dazu Blumenkohl und Kartoffeln<br>Diät-Nachtsch: Pfirsich Melba<br>4, 4a, 6, 9 (6, H)                                                                                 | <b>Jungschweinerücken</b><br>in Kräutersoße, dazu Rosenkohl und Kartoffeln<br>Diät-Nachtsch: Bananenquark<br>4, 4a, 6, 9 (6, H)                   | <b>Gedünstetes Fischfilet</b><br>in milder Senfsoße, dazu Pariser Karotten und Reis<br>Diät-Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>3, 4, 4a, 6, 9, 10 (4, 4a, 6, H)                    | <b>Hähnchenkeule</b><br>mit Champignonrahmsoße, dazu Rotkohl und Kartoffeln<br>Diät-Nachtsch: Milchreis mit Zimtapfel<br>4, 4a, 6 (6, H)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Hausgemachter Hackbraten</b><br>in Beamer Soße, dazu Rotkohl und Spätzle<br>Diät-Nachtsch: Karamellpudding mit Vanillesoße<br>1, 4, 4a, 6, 9 (6, H) |
| Menü: <b>GOLD</b><br>€ 12,00<br>Hanseaten-Menü                                       | <b>Hirschrollbraten</b><br>in Preiselbeerssoße, dazu Rotkohl und Kartoffeln<br>Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>4, 4a, 6, 9, H (6)                          | <b>Holsteiner Rindergulasch</b><br>mit Zwiebeln und Pilzen, dazu Makkaroni<br>Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>4, 4a, 6 (6)                          | <b>Schlemmer-Menü Fischplatte</b><br>Schollenfilet, Lachs, Garnelen, Honig-Dill-Senfsoße, Röstkartoffeln<br>Beilage: Chinakohlsalat<br><b>Menü-Aufpreis: Euro 2,90</b><br>1, 3, 4, 4a, 6, 9, 10, C, E (6) | <b>Kalbsleberragout</b><br>in Soße, dazu Kartoffelpüree<br>Beilage: Gurkensalat in Rahm<br>Nachtsch: Bananenquark<br>1, 4, 4a, 6, 10 (6)          | <b>Pikante Roulade</b><br>vom Schwein, in Rahmsoße, dazu Erbsen und Butterspätzle<br>Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>1, 4, 4a, 6, 9, 10, C (4, 4a, 6)                           | <b>Bürozeiten: Montag - Freitag 09.00 - 14.00 Uhr</b><br>Umbestellungen bitte am Vortag bis 14.00 Uhr.<br>Am Liefertag und am Wochenende können keine Umbestellungen vorgenommen werden.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                        |
| <b>INTERNATIONAL</b><br>€ 12,00<br>Spezialitäten aus aller Welt                      | <b>Italienisch Bunte Tortellini</b><br>»Käsefüllung«, mit Tomaten-Sahne-Soße, Beilage: Grüner Salat<br>Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>1, 4, 4a, 6, 10 (6) | <b>Kroatisch Cevapcici</b><br>in Paprika-Zwiebel-Soße, dazu Balkangemüse u. Tomatenreis<br>Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>4, 4a, 6, 9, 10 (6)      | <b>Italienisch Spaghetti »Carbonara«</b><br>in Käse-Sahnesoße, mit Tomaten- und Speckwürfeln<br>Nachtsch: Pfirsich Melba<br>1, 4, 4a, 6, 9, B, C (6)                                                      | <b>Chinesisch Rindfleisch mit Zwiebeln</b><br>in Sojasoße, dazu Reis<br>Nachtsch: Bananenquark<br>4, 4a, 11, 12, 14, A, B, D (6)                  | <b>Indonesisch Bami Goreng »pikant«</b><br>Nudelgericht mit Gemüse und Hühnerfleisch<br>Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>4, 4a, 9, 10 (4, 4a, 6)                                 | Name: _____<br>Kunden-Nr. _____                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                        |
| <b>Salatplatte</b><br>€ 9,70<br>** alle Salate mit kleinem Brötchen                  | <b>Nizza-Salat**</b><br>Eisberg, Tomaten, Oliven, Thunfisch<br>Kräuter-Dressing<br>Nachtsch: Fruchtojoghurt<br>1, 3, 4, 4a, 6, 10 (6)                  | <b>Salat m. Hähnchenbrust**</b><br>Eisberg, Karotten, Gurken, Sellerie<br>French-Dressing<br>Nachtsch: Schokopudding mit Vanillesoße<br>1, 4, 4a, 6, 9, 10 (6) | <b>Bunter Chefsalat**</b><br>mit Käse- und Schinkenstreifen, 2 halbe Eier und American-Dressing<br>Nachtsch: Pfirsich Melba<br>1, 4, 4a, 6, 9, 10, B, C (6)                                               | <b>Salatplatte**</b><br>nach Frühlingsart, mit Grillwürstchen<br>Kräuter-Dressing<br>Nachtsch: Bananenquark<br>1, 4, 4a, 6, 10, A, B, C, D, G (6) | <b>Salat Mexiko**</b><br>mit Eisberg, Mais, Kidney-, bohnen und Putenstreifen<br>Paprika, Curry-Dressing<br>Nachtsch: Grießpudding mit Kirschsoße<br>1, 4, 4a, 6, 10, B, C, G (4, 4a, 6) | <b>Legende</b> für die Werte im Speiseplan (in Klammern: Dessert)<br><b>1</b> Ei <b>2</b> Erdnüsse <b>3</b> Fisch <b>4</b> glutenhaltige Getreide und Produkte <b>4a</b> Weizen <b>4b</b> Roggen <b>4c</b> Gerste <b>4d</b> Hafer <b>4e</b> Dinkel <b>4f</b> Kamut <b>5</b> Krebstiere <b>6</b> Milch einschl. Laktose <b>7</b> Schalenfrüchte <b>7a</b> Mandeln <b>7b</b> Haselnuss <b>7c</b> Walnuss <b>7d</b> Cashewnuss <b>7e</b> Pekannuss <b>7f</b> Paranuss <b>7g</b> Pistazie <b>7h</b> Macadamianuss <b>8</b> Schwefeldioxid/Sulfite <b>9</b> Sellerie <b>10</b> Senf <b>11</b> Sesam <b>12</b> Soja <b>13</b> Lupinen <b>14</b> Weichtiere |                                                                                                                                                        |
| <b>Kaltplatte oder Süßspeise</b><br>mit Nachtsch € 9,70                              | <b>Bratheringsfilet »süß-sauer«</b><br>mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat<br>1, 3, 9, 10 (6)                                                         | <b>Tiroler Apfelstrudel</b><br>mit Vanillesoße<br>1, 4, 4a, 6 (6)                                                                                              | <b>Prager Braten</b><br>mit Nudel- und Waldorfsalat<br>1, 4, 4a, 9, 10, B, C, H (6)                                                                                                                       | <b>Schokoladenmilchreis</b><br>mit Kirschkompott<br>6 (6)                                                                                         | <b>Köfte</b><br>2 kl. Rinderfrikadellen, gefüllt mit Gemüse und Weichkäse dazu Bulgursalat mit Tzatziki<br>1, 4, 4a, 6 (4, 4a, 6)                                                        | <b>A</b> Farbstoff <b>B</b> Konservierungsstoff <b>C</b> Antioxidationsmittel<br><b>D</b> Geschmacksverstärker <b>E</b> geschwefelt <b>F</b> geschwärzt <b>G</b> Phosphat<br><b>H</b> Süßungsmitteln <b>I</b> enthält Phenylalaninquelle (Aspartam) <b>J</b> gewachst<br>Heide Menü-Dienst · Sigrid Scheiter<br>Boecklerstr. 14 · 21339 Lüneburg                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                        |

Änderungen aus technischen Gründen vorbehalten.

Portionspreise inkl. gesetzl. MwSt.