



Essen bestellen per Online-App

mobile Online-Bestellung ohne Download unter:
suedharzkueche-bestellung.de/mobil



Ernährungskonzept

Eine genussvolle und gesundheitsfördernde Ernährung hat vielfachen Nutzen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden. Unser Angebot ist abwechslungsreich und steht in ernährungsphysiologisch hoher Qualität für Sie zur Verfügung. Bei der Speisenzubereitung achten wir auf einen sparsamen Einsatz an Salz, Zucker und Fetten. Die Jodaufnahme in Deutschland ist unzureichend und um ein weiteres Absinken der Jodversorgung zu verhindern, verwenden wir grundsätzlich Jodsalz (Steinspeisesalz mit Jod). Unser Ernährungskonzept orientiert sich an den Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. und wurde mit Unterstützung von Ökotrophologen erstellt. Damit ist die nährwertoptimierte Versorgung mit den energieliefernden Nährstoffen Fett, Kohlenhydrate und Protein in einem ausgewogenen Verhältnis sichergestellt.



SÜDHARZKÜCHE

lecker. regional. essen.

Datum	Menü - A Mo. - Fr. 5,65 €* Mo. - Fr. 5,90 €* Mo. - Fr. 6,50 €* Mo. - Fr. 6,15 €*	Menü - B	Menü - C	Vegetarisch
Di 01.10.	Milchreis^g mit Zucker, Zimt und Apfelmus	Rührei^{c,g} mit Spinat ^{a1} und Kartoffeln, dazu Apfelmus	Deftiger Wildgulasch^{a1,a3,i,l} mit Rosenkohl und Kartoffelklößen	Grüne Tortellini mit Gemüsefüllung^{a1,c,g,i} und fruchtiger Tomaten-Basilikum-Soße ^{a1} , dazu Apfelmus
Mi 02.10.	Reissuppe^l mit Rindfleisch und Suppengrün und Roggenvollkornbrot ^{a1,a2}	Gehacktesstippe^{5,a1} mit Paprika und Kartoffelpüree ^g dazu Gewürzgurke ⁵	Paniertes Schweinekotelett^{a1} Schwarzwurzelgemüse und Kartoffeln	Blumenkohl- Käse- Knusperstern^{a1,c,g,i} mit Sauce- Hollandaise ^{a1,c,g,i} und Kartoffeln
Do 03.10.	Tag der deutschen Einheit	Deftiges Würzfleisch^{a1,a3,g,i} mit Kartoffeln und und Pudding ^g	Rinderroulade^{2,4,6,j} mit Rotwein- Soße ^{a1,l} , Rotkohl ⁷ und Kartoffeln	Bunte Nudeln^{a1,c} mit Broccoli- Soße ^{a1,g,i} Pudding ^g
Fr 04.10.	Linsensuppe^{a1,i} , mit Kartoffel-Gemüse-Einlage und Fruchtjoghurt ^g	Hähnchengulasch^{a1} mit Nudeln ^{a1,c} und Fruchtjoghurt ^g	Kartoffel- Spargel- Schinken- Gratin mit Käse überbacken ^{2,4,6,g}	Pikanter Schnittlauchquark^g mit Kartoffeln und Fruchtjoghurt ^g
Mo 07.10.	Buchstabennudelsuppe^{a1,c,i} mit Gemüse und Geflügelfleisch, dazu Pudding mit Vanillegeschmack ^g	Nudeln^{a1,c} mit Käse- Schinken- Soße ^{2,4,6,a1,g} (mit Kochschinken und Erbsen), dazu Pudding mit Vanillegeschmack ^g	Hähnchenmedaillon "Hawaii" (überbacken mit Ananas und Käse ^g), auf Gemüsejulienne ^l , Currysoße ^{a1} und Reis	Eipatty^{c,g,i} mit Spinat^{a1,i} und Salzkartoffeln
Di 08.10.	Erbsensuppe mit KasselerSuppenfleisch ^{2,4,6,i} dazu Obst	Paniertes Hähnchenschnitzel^{a1} mit Soße ^{a1} , Rotkohl ⁷ und Kartoffeln	Gebratene Forelle^{a1,d} mit buntem Kartoffelsalat ⁵ (warm)	Vegetarische Lasagnesuppe Nudeln ^{a1,c} mit vegetarischer Bolognese ^{a1,a3,f,i} Paprika und Creme Fraiche ^g und Obst
Mi 09.10.	Eierkuchen^{a1,c,g} mit Apfelmus	Schmorgurkenpfanne^{a1,j} mit Schweinehackfleisch und Kartoffelpüree ^g dazu Apfelmus	Grützwurst^{1,2,4,a1,a4,j} mit Sauerkraut ^l und Salzkartoffeln	Käsespätzle^{a1,c,g} mit Röstzwiebeln dazu Apfelmus
Do 10.10.	Würzige Gyrossuppe^{a1,g} mit Hähnchenbruststreifen, Paprika, Zwiebeln und saurer Sahne dazu Rotkohl- Rohkost	Geflügelfleischklößchen^{a1,c,j} in fruchtiger Tomatensoße ^{a1} und Nudeln ^{a1,c} dazu Rotkohl- Rohkost	Cordon Bleu vom Schwein^{2,4,6,a1,c,g} (mit Schinken und Käse) mit Soße ^{a1} , Karotten- Pastinaken-Gemüse ^{a1} und Kartoffeln	NEU Maisgrießbrei^g mit heißen Erdbeeren
Fr 11.10.	Gulaschsuppe (Schweinefleisch) mit Kartoffel- und Gemüseeinlage ^{a1,a3,i} , Fruchtjoghurt ^g	Seelachs-Nuggets^{5,6,a1,d,g} mit Dillsoße ^{a1} und Kartoffeln und Fruchtzwerg ^g	Schmackhaftes Bauernfrühstück^c mit gebratenen Kartoffeln, Ei und Würstchen ^{1,2,3,4,6,i,j} mit Gewürzgurke ⁷	NEU Reisnudelpfanne^{a1} mit Ei ^c , Gemüse und Rahmsoße ^{a1,g} und Fruchtjoghurt ^g
Mo 14.10.	Kartoffelsuppe "Sächsische Art"^{a1,i} mit Suppengrün und Wiener Würstchen ^{1,2,3,4,6,i,j}	Currywurstgulasch^{1,2,3,4,6,a1,i,j} mit Tomatensoße und Kartoffelpüree ^g	Schweineschnitzel^{a1,c} mit holländischer Soße ^{a1,c,g,i} Blumenkohl und Kartoffeln	Blumenkohl-Mango- Kichererbsen-Curry^{a1,g} mit Quinoa (Inkareis)
Di 15.10.	Nudelsuppe^{a1,c,i} mit Suppenemüse und Geflügelfleisch und Mehrkorn-Brot ^{a1,a2}	Chicken Nuggets^{6,a1,i} mit Soße ^{a1} , buntem Gemüse ^{a1} (Blumenkohl, Karotten, Erbsen, Mais) und Kartoffeln	Rostbratwürste "Nürnberger Art"^{1,2,4,6,g,i,j} auf Weinsauerkraut ^l und Kartoffelpüree ^g	Milchnudeln^{a1,c,g} mit Apfelmus
Mi 16.10.	Grießbrei^{a1,g} mit Kirschkompott	Hähnchenbruststreifen in heller Soße^{a1,g} mit Erbsen und Nudeln ^{a1,c} mit Kirschkompott	Hausmacher Schweinesülze^{1,2,4,6,i,j} mit Remoulade ^{5,c,g} und Röstkartoffeln ^{2,4,6}	Karottenbratling^{a1,c,i,k} mit Dillsoße ^{a1} und Naturreis (Vollkorn)

FRISCHEBAR

Kaltgerichte Mo. - Fr. 5,70 €		Salat Mo. - Fr. 5,70 €	
Montag	Schweineschnitzel^{a1,c} auf Kartoffelsalat ^{4,j} mit Mayonnaise und Garnitur	Montag	Salat "Egg & Cheese" Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Käse und Ei, mit Joghurdressing ^{c,g,i,j}
Dienstag	Baguette „Barbecue“^{a1} gefüllt mit gebratenem Rib- Steak ^{2,a1,a3,j} , Salat, Gewürzgurke ^{4,5} und Barbecue- Sauce ^{4,j}	Dienstag	Amerikanischer Salat Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Kidneybohnen, Hähnchennuggets ^{6,a1} , mit French- Dressing ^{c,g,i,j}
Mittwoch	Milchreis^g mit Pfirnsich- Mango- Soße^{a1}	Mittwoch	Chefsalat Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Kochschinken ^{2,4,6,i} , Käse, mit Joghurdressing ^{c,g,i,j}
Donnerstag	Baguette^{a1} "Chicken Nuggets"^{6,a1} mit Tomate, Salat und Gewürzketchup ⁷	Donnerstag	Salat "Rapunzel" Frische Champignons, Tomate, Lachsschinkenwürfeln ^{2,4,6} und Paprika auf Feld- und Eisbergsalat mit Frenchdressing ^{c,g,i,j}
Freitag	Cheeseburger^{3,4,a1,c,g,j,k} Hamburgerbrötchen mit Sesam belegt mit Rindfleischpatty, Käse, Salat, Tomate, Gewürzgurke, Barbecuesoße, Zwiebeln, Senf und Dressing	Freitag	Herbstsalat Marinierter Spitzkohlsalat mit Äpfeln, Walnüssen ^h und gebratenen Bacon ^{2,4,6} auf Salatvariation mit Honig- Senf- Dressing ^{c,g,i,j}

Ihre Salat und Kaltgerichtbestellungen können Sie wie gewohnt auf dem beiliegenden Bestellzettel vornehmen.
+++ nicht an Wochenenden und Feiertagen +++

So erkennen Sie unsere Kennzeichnung:
Wo drauf steht, ist auch drin!
Mit der Komponente, die mit dem Siegel gekennzeichnet ist, stellen wir sicher, dass sie gemäß den Regelungen der EG-Öko-Verordnung hergestellt ist und durch Grünstempel DE-ÖKO-021 geprüft wird.

Besuchen Sie uns auch auf unserer Website unter www.suedharzkueche.de, E-Mail: bestellung@suedharzkueche.de



Mehr Transparenz für Sie durch Informationen

Deklarationspflichtige Zusatzstoffe gemäß Lebensmittelinformationsverordnung, die in unseren Menüs gekennzeichnet sind, haben eine technologische Wirkung im Lebensmittel und sind bereits herstellungsbedingt durch unsere Lieferanten hinzugefügt wurden.

Wir setzen uns für Sie eingehend mit dem Thema „Allergenen“ auseinander, um Ihnen die rezeptorisch verwendeten Allergene möglichst transparent in unseren Speiseplänen darzustellen. Die Produktion erfolgt mit größter Sorgfalt und nur mit rezeptierten Zutaten. Wir können jedoch nicht ausschließen, dass auf der Vorstufe seitens der Vorlieferanten oder bei der Herstellung in unserem Haus nicht vermeidbare Kreuzkontaminationen mit Allergenen Bestandteilen stattfinden. Daher können Spuren von Allergenen aus technologischen Gründen nicht ausgeschlossen werden.

Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:

(1 - Geschmacksverstärker; 2 - Antioxidationsmittel; 3 - Farbstoff; 4 - Konservierungsmittel; 5 - mit Süßungsmittel; 6 - mit Phosphat; 7 - mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln; 8 - natürliche Aromen

Kennzeichnungspflichtige Allergene:

(a1 - Weizen, (a2 - Roggen, (a3 - Gerste, (a4 - Hafer, (b - Krebstiere*; (c - Eier*; (d - Fisch*; (e - Erdnüsse*; (f - Sojabohnen*; (g - Milch*; (h1 - Mandeln*, (h2 - Haselnüsse*, (h3 - Walnüsse*, (h4 - Cashewnüsse*, (h5 - Pecannüsse*, (h6 - Paranüsse*, (h7 - Pistazien*, (h8 - Macadamia- oder Queenslandnüsse*, (i - Sellerie*; (j - Senf*; (k - Sesam*; (l - Schwefeldioxid & Sulfit, (m - Lupine*; (n - Weichtiere*
 *= oder Erzeugnisse

= vegan



SÜDHARZKÜCHE

lecker. regional. essen.

Tel.: 0 34 64 / 270 233 0

bestellung@suedharzkueche.de

Speisekarte

1. - 31. Oktober 2024



Datum	Menü - A Mo. - Fr. 5,65 €* 	Menü - B Mo. - Fr. 5,90 €* 	Menü - C Mo. - Fr. 6,50 €* 	Vegetarisch Mo. - Fr. 6,15 €*
Do 17.10.	Linsensuppe ^(a1,i) mit Rauchfleisch ^(2,4,6) und Gurkensalat	Gekochte Eier ^(c) in Senfsoße ^(a1,j) und Kartoffeln, dazu Gurkensalat	Fleischkäse ^(1,2,4,6,g,j) mit Soße ^(a1,j) , Erbsengemüse ^(a1) und Salzkartoffeln	Quorn-Gulasch ^(a1,c) (aus Mycoprotein) mit Vollkornnudeln ^(a1) und dazu Gurkensalat
Fr 18.10.	Möhreneintopf ^(a1) mit Schweinefleisch, Obst	Backfischfilet ^(a1,c,d,j) mit Kräutersoße ^(a1) und Reis und Obst	Burgunderbraten ^(2,4,6,i) mit Soße ^(a1,i) Speckrosenkohl ^(2,4,6) und Kartoffeln	Blumenkohl in Tomaten-Hollandaise ^(a1,c,g,i) und gebratenen Pesto-Gnocchi ^(a1,c,g,h1)
Mo 21.10.	Tomatensuppe mit Ebyl ^(a1) (zarter Sonnenweizen) und Kräutern, Obst	Gehacktesklößchen ^(a1,c,j) mit Spinat ^(a1) , Bratensoße ^(a1,j) und Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel "Cordon Bleu" ^(2,4,6,a1,c,g) mit Bohnengemüse ^(a1) , Soße ^(a1) und Kartoffeln	Kichererbsen-Gemüse-Curry ^(a1,g) und Couscous ^(a1) und Obst
Di 22.10.	Kürbiscremesuppe ^(a1,g) mit Suppenfleischklößchen (Geflügel) dazu Rote Bete ⁽⁵⁾ Saison	Königsberger Klopse ^(a1,c) mit Kapernsoße ^(a1,g) und Kartoffeln, Rote Bete ⁽⁵⁾	Gebratenes Schweinesteak mit Creme-Champignons ^(a1,a3,g) , Bratkartoffeln ^(2,4,6) und Rote Bete ⁽⁵⁾	Tortellini "Verdura" ^(a1) mit Tomaten- Gemüse- Füllung, Spinatsoße ^(a1) und Rote Bete ⁽⁵⁾
Mi 23.10.	Hefeklöße ^(a1,c,g) mit Puddingsoße mit Vanillegeschmack ^(g)	Hörnchennudeln ^(a1,c) mit Sauce Bolognese ^(a1) und Obst	Marinierter Bismarckhering in Apfel- Gurken- Soße ^(5,7,a1,c,d,g,j) und Dampfkartoffeln	Veganer Schichtkohl ^(a1,a3,f) (aus Soja und Weizen), mit Kartoffeln und dazu Obst
Do 24.10.	Graupensuppe ^(a3,i,j) mit Rauchfleisch ^(2,4,6) dazu hausgemachte Quarkspeise ^(g)	Schweinegulasch ^(a1) mit Spirelli ^(a1,c) dazu hausgemachte Quarkspeise ^(g)	Rib-Steak "Smoky Barbecue" ^(2,a1,a3,j) (Schweinehacksteak), Rahmporree ^(a1,g) Soße ^(a1) und Kartoffeln	Pancakes ^(a1,c,g) (Eierpfannkuchen nach amerikanischer Art) mit Erdbeersoße
Fr 25.10.	Sternchennudelsuppe ^(a1,c,i) mit Rindfleisch, und Schoko-Pudding ^(g)	Fischli ^(a1,d) mit Zitronen-Butter-Soße ^(a1,g) und Kartoffeln, Monte ^(g,h2)	Gebratenes Rippchen vom Schwein auf Bayrisch-Kraut ^(a1) mit Soße ^(a1,j) und Salzkartoffeln	Vegetarische Erbsensuppe ^(l) mit Kartoffel-Gemüse-Einlage und Schoko-Pudding ^(g)
Mo 28.10.	Reissuppe ^(l) mit Geflügelfleisch und Suppengemüse, Roggenvollkornbrot ^(a1,a2)	Spirelli ^(a1,c) mit Tomatensoße ^(a1) und Geflügelwursteinlage ^(2,3,4,6)	wieder da Schlachteplatte ^(1,2,4,6,j) (Rotwurst, Leberwurst und Knacker) auf Grünkohl ^(a1,j) und Kartoffeln	Kartoffeltaschen mit Frischkäse- Tomaten- Füllung ^(g) mit cremiger Tomatensoße ^(a1,g)
Di 29.10.	Milchreis ^(g) mit Zucker und Zimt dazu Apfelmus	Schweineschnitzel ^(a1,c) , Erbsengemüse ^(a1) mit Soße ^(a1) und Kartoffeln, dazu Apfelmus	Schweineleber-Ragout in feiner Apfel-Zwiebelsoße ^(a1) und Kartoffelpüree ^(g) , dazu Schlesische Gurkenhäppchen ^(3,j)	Süßkartoffelcurry ^(a1,g,i) und Reis dazu Apfelmus
Mi 30.10.	"Brodelnder Hexeneintopf" Möhren-Kürbis-Suppe ^(a1,g) und Croutons ^(a1) , dazu Fruchtyoghurt ^(g)	"Hallo-Wiener mit Blutsoße und Kartoffelschleim" (Wiener Würstchen in Scheiben ^(2,4,6) mit Tomatensoße ^(a1) und Kartoffelpüree ^(g)) dazu Fruchtyoghurt ^(g)	Schweinebraten mit Senfkruste ^(l) , Kaisergemüse (naturell), Soße ^(a1) und Salzkartoffeln	Teufelsfladen mit Blutfüllung (2 Germknödel mit Kirschfüllung ^(a1,c,g) und Vanillesoße ^(g) Puddingsoße mit Vanillegeschmack)
Do 31.10.	Reformationstag	Gulasch "Halb & Halb" ^(a1) aus Schweine- und Rindfleisch und Semmelknödelscheiben ^(a1,c,g) , Pudding ^(g)	Gedünstete Seelachsfilet ^(d) auf Gemüsebett ⁽ⁱ⁾ , Meerrettich-Sahnesoße ^(2,a1,g,i) mit Kartoffeln	Vollkornnudeln ^(a1) mit vegetarischer Gemüse-Bolognese ^(a1,g,i)

Südhartzküche GmbH
Fritz-Himpel-Straße 13
06526 Sangerhausen
www.suedharzkueche.de
bestellung@suedharzkueche.de



Alle Gerichte zum sofortigen Verzehr!