



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.



SCHNEIDER
Helbra Eisleben



SÜDHARZKÜCHE

lecker. regional. essen.

| Datum | Menü - A Mo. - Fr. 5,75 €*  | Menü - B Mo. - Fr. 6,00 €*  | Menü - C Mo. - Fr. 6,60 €*  | Vegetarisch Mo. - Fr. 6,25 €*  |
|--------------|--|---|---|--|
| Mo 03.03. | Altmärkische Hochzeitssuppe^(l) mit Eierstich ^(c,g) und Fleischklößchen ^(c) , (Schwein und Rind) Berliner ^(a1,c,g) | Buntes Hühnerfrikassee^(a1,a3,i) mit feinem Gemüse und Kartoffeln Berliner ^(a1,c,g) | Pilzpfanne^(2,4,6,a1,a3,g,i) „Badische Art“ mit Spätzle ^(a1,c) Berliner ^(a1,c,g) | Vegetarische Frühlingsrollen^(a1,f,i,j) mit Chinagemüse in Sojasauce ^(a1,f,i) und Reis Berliner ^(a1,c,g) |
| Di 04.03. | Möhreneintopf^(a1) mit Schweinefleisch, dazu Vollkornbrot ^(a1,a2) mit Sonnenblumenkernen | Panierte Jagdwurstscheibe^(2,4,6,a1,c,j) mit Gabelspaghetti ^(a1,c) und Tomatensoße ^(a1) dazu bunter Salat- Mix | Eisbeinflisch^(2,4,6) auf „Fasskraut“ (Sauerkraut ^(l)) und Erbsenpüree ^(g) | Asiatische Reismudelpfanne^(a1,c,i) mit Gemüse, Ei und süß- saurer Soße ^(a1,f,i) dazu bunter Salat- Mix NEU |
| Mi 05.03. | Quarkkeulchen^(a1,c,g) mit warmen Bratäpfelkompott | Sahnegulasch^(a1,g) (vom Schwein) mit Kartoffelpüree ^(g) und Obst | Wirsingkohlroulade mit Schweinefleischfüllung ^(a1,g,j) in Pflaumen- Specksoße ^(4,a1,i) und Kartoffeln | Quorn- Bratwurst^(c) (aus Mycoprotein) mit Soße ^(a1) , Möhrengemüse^(a1,i) und Kartoffelpüree ^(g) |
| Do 06.03. | Weißer Bohnensuppe mit Rauchfleisch ^(2,4,6,i) und hausgemachte Schokopuddingcreme ^(g) | Fischfilet „Müllerin Art“ (Hoki)^(a1,d,g,j) mit Petersiliensoße ^(a1) und Reis, hausgemachte Schokopuddingcreme ^(g) | Hähnchenbrustfilet „Florentiner Art“ Hähnchenbrust in Blattspinat-Sahnesoße ^(a1,g) und Bandnudeln ^(a1,c) | Buntes Eierragout^(a1,c) und Kartoffeln, und hausgemachte Schokopuddingcreme ^(g) |
| Fr 07.03. | Fadennudelsuppe^(a1,c,i) mit Geflügelfleischeinlage und Roggenvollkornbrot ^(a1,a2) | Kasselerbraten^(2,4,6) mit Soße ^(a1,j) , grünen Bohnen ^(a1) und Salzkartoffeln | Heringsfilet „Matjes Art“ in Apfel- Gurken- Soße ^(4,5,d,g) und Dampfkartoffeln | Grießbrei^(3,a1,g) mit Vanillegeschmack und Kirschen |
| Mo 10.03. | Eierstichsuppe^(a1,c,g,i) mit Suppengemüse, Geflügelfleisch, dazu Wackel-Pudding ⁽³⁾ | Würstchengulasch^(2,4,6,a1) und Kartoffelpüree ^(g) dazu Wackelpudding ⁽³⁾ | Paniertes Schweineschnitzel^(a1,c) mit Karotten „Rustica“, Soße ^(a1) und Kartoffeln | Mini- Germknödel „schwarz & weiß“ (zweifarbige mit Schokolade ^(a1,g) und Vanillesoße ^(3,g) (Puddingssoße mit Vanillegeschmack) |
| Di 11.03. | Eierkuchen^(a1,c,g) mit Apfelmus | Hörnchennudeln^(a1,c) mit Sauce Bolognese ^(a1) , mit Apfelmus | Knacker^(1,2,4,j) auf Grünkohl ^(a1,j) und Kartoffelpüree ^(g) | Bunte Reispfanne^(a1,c) mit Gemüse (Karotten, Mais, Blumenkohl, Broccoli) und Rahmsoße ^(a1,g) , dazu Apfelmus |
| Mi 12.03. | Kartoffelsuppe^(1,2,3,4,6,a1,g,i) mit Schmand und Bockwurstwürfeln dazu Obst | Geflügelschnitzel^(a1,c) mit Soße ^(a1) , Möhrengemüse ^(a1) und Kartoffeln | Gyros Pfanne mit Schweinefleisch ^(a1) , Tomatenreis und Zaziki (Joghurt ^(g) mit Gurken und Knoblauch) | Rote Linsen-Bolognese^(a1,i) mit Vollkornnudeln ^(a1) und Obst  |
| Do 13.03. | Vanillepuddingsuppe^(3,g) mit Zwieback ^(a1,a3,g,f) | Jägerschmaus^(a1,i) (Schweinehackfleisch mit buntem Gemüse) mit Gabel- spaghetti ^(a1,c) und Möhren-Rohkost | Gefüllte Hähnchenbrust „Milano“ (mit Tomaten-Käse-Füllung) ^(3,4,a1,g) auf Sahnespaghetti ^(a1,c,g) und Möhren-Rohkost | Vegane Klopse „Königsberger Art“^(a1,j) (aus Weizenprotein) mit Kapernsoße ^(a1) und Kartoffeln  |
| Fr 14.03. | Grüne Bohnensuppe^(a1) mit Rindfleisch dazu Fruchtjoghurt ^(g) | Jumbo-Fischstäbchen^(a1,d) mit Kräutersoße ^(a1) und Püree ^(g) und Fruchtjoghurt ^(g) | Schweinesteak „Holzfäller Art“⁽⁷⁾ mit Kaisergemüse, Soße ^(a1,a3,i) und Kartoffeln | Blumenkohl in Soße^(a1,g,i) mit Salzkartoffeln, dazu Fruchtjoghurt ^(g) |

FRISCHEBAR

| | Kaltgerichte Mo. - Fr. 5,80 € | Salat Mo. - Fr. 5,80 € |
|------------|--|--|
| Montag | Mini- Wiener Würstchen^(2,4,6,i) mit Senf ^(l) dazu Kartoffelsalat ^(4,j) mit Mayonnaise und Garnitur | Salat „Egg & Cheese“ Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Käse und Ei, mit Joghurdressing ^(c,g,i,j) |
| Dienstag | Baguette^(a1) „Chicken Nuggets“ ^(6,a1) mit Tomate, Salat und Gewürzketchup ⁽⁷⁾ | Salat „Kebab“^(2,7,g,f,k) Weißkohlsalat, Gurke, rote Zwiebel, Paprika, Tomate, Hähnchenkebab und Zaziki |
| Mittwoch | „American Pancake“ Pfannkuchen ^(a1,c,g) mit Fruchtsoße (Kirschen) ^(3,a1,g) | Pasta-Salat^(a1,g) Nudeln mit getrockneten Tomaten und Mozzarellabäll- chen auf einer bunten Salat- mischung (Eisberg, Fresse, Endivie, Radiccio) dazu Honig- Senf- Dressing ^(c,i,j) |
| Donnerstag | Baguette „Schnitzel“ mit Schweineschnitzel ^(a1,c) , Remoulade ^(3,7,a1,c,g,j) , Salat, Tomate und Gurke | Amerikanischer Salat Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Kidneybohnen, Hähnchennuggets ^(6,a1) , mit French- Dressing ^(c,g,i,j) |
| Freitag | Cheeseburger^(3,4,a1,c,g,j,k) Hamburgerbrötchen mit Sesam belegt mit Rindfleisch- patty, Käse, Salat, Tomate, Gewürzgurke, Barbecuesoße, Zwiebeln, Senf und Dressing wieder da | Chefsalat Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Kochschinken ^(2,4,6,i) , Käse, mit Joghurdressing ^(c,g,i,j) |

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



Die als Bio ausgelobten Speisekomponenten und -zutaten sind zertifiziert durch Grünstempel DE-ÖKO-021.

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

Marktbedingte Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Bestellungen sind wochentags am Vortag bis 24:00 Uhr online möglich und Abbestellungen sind am Liefertag bis 7:30 Uhr online möglich! / Telefonische Bestellzeiten 8:00 - 13:30 Uhr. * Samstag / Sonntag und an gesetzlichen Feiertagen erheben wir einen Aufschlag von 1,00 € pro Essen. Reklamationen nur am Liefertag! Alle Preise verstehen sich als Endpreis inkl MwSt. und Anlieferung. Es gelten die AGB's der Südharzküche GmbH, diese liegen in der Geschäftsstelle zur Kenntnisnahme aus. Alle Gerichte zum sofortigen Verzehr!

