



**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. 6,05 €* <div></div>	Menü - B Mo. - Fr. 6,30 €* <div></div>	Menü - C Mo. - Fr. 6,90 €* <div></div>	Vegetarisch Mo. - Fr. 6,55 €* <div></div>
Do 01.01.	Wir wünschen ein glückliches, gesundes und erfolgreiches neues Jahr!	Gebratene Hähnchenkeule mit Soße ^(a1) , Leipziger Allerlei (Möhren, Erbsen, Schwarzwurzeln) ^(a1) und Kartoffeln dazu Quarkspeise mit Vanillegeschmack ^(g)	Lachswürfel^(d) in Spinat-Weißwein-Soße ^(a1, l) und Farfalle ^(a1, c) dazu Quarkspeise mit Vanillegeschmack ^(g)	Neujahr
Fr 02.01.	Gulaschsuppe (Schweinefleisch) mit Kartoffel- und Gemüseeinlage ^(a1, a3, l) , dazu Fruchtjoghurt ^(g)	Seelachs- Knusperfilet mit Tomatenfüllung^(a1, d) mit Dill-Senf-Soße ^(a1, j) und Kartoffeln und Fruchtjoghurt ^(g)		
Mo 05.01.	Kartoffelsuppe „Sächsische Art“^(a1, i) mit Suppengrün und Wiener Würstchen ^(1, 2, 3, 4, 6, 7, i, j)	Currywurstgulasch^(1, 2, 3, 4, 6, a1, j, j) mit Tomatensoße und Kartoffelpüree ^(g)		
Di 06.01.	Linsensuppe^(a1, i) mit Rauchfleisch ^(2, 4, 6) dazu Obst	Gekochte Eier^(c) in Senfsoße ^(a1, j) und Kartoffeln, dazu Obst	Heilige drei Könige	
Mi 07.01.	Grießbrei^(a1, g) mit Kirschkompott	Hähnchenbruststreifen in heller Soße^(a1, g) mit Erbsen und Nudeln ^(a1, c) mit Kirschkompott	Gefüllte Paprikaschote^(a1) in Soße ^(a1) und Reis	Veggie-Karottenbratling^(a1, c, i, k) mit Dillsoße ^(a1) und Naturreis (Vollkorn)
Do 08.01.	Nudelsuppe^(a1, c, i) mit Suppengemüse und Geflügelfleisch und Mehrkorn-Brot ^(a1, a2)	Dinos aus zartem Hähnchenfleisch^(2, a1, a2, c, j) mit Soße ^(a1) , buntem Gemüse ^(a1) (Blumenkohl, Karotten, Erbsen, Mais) und Kartoffeln	Gegrillte Schweinehaxe⁽⁶⁾ auf Weinsauerkraut ^(d, l) und Kartoffelpüree ^(g)	Milchnudeln^(3, a1, c, g) mit BIO Apfelmus
Fr 09.01.	Möhreneintopf^(a1) mit Schweinefleisch, Schoko-Pudding ^(g)	Backfischfilet^(a1, d) mit Kräutersoße ^(a1) und Reis	Herzhafter Burgunderbraten^(2, 4, 6, l) mit Soße ^(a1, l) Speckrosenkohl ^(2, 4, 6) und Kartoffeln	Ravioli^(a1, c, g) gefüllt mit Käse und Spinat und Schnittlauchsoße ^(a1) , dazu Schokopudding ^(g)
Mo 12.01.	Tomatensuppe mit Ebly^(a1) (zarter Sonnenweizen) und Kräutern Obst 	Geflügelboulette^(a1, c, i, j) mit Bratensoße ^(a1, j) , Spinat ^(a1) und Salzkartoffeln	Hähnchenschnitzel „Cordon Bleu“^(a1, c, g, j) , Soße ^(a1) , mit zarten Bohnengemüse ^(a1) , und Kartoffeln	Veganer Schichtkohl^(a1, a3, f) (aus Soja und Weizen), mit Kartoffeln und dazu Obst 
Di 13.01.	Karotten-Süßkartoffel-Suppe^(a1) mit Ingwer, dazu Dinkel-Vollkorn- Brot ^(a1, Dinkel) 	Königsberger Klopse^(a1) mit Kapernsoße ^(a1, g) und Kartoffeln, Rote Bete ⁽⁵⁾	Gebratenes Schweinesteak mit Creme-Champignons ^(a1, a3, g, i) , Bratkartoffeln ^(2, 4, 6) und Rote Bete ⁽⁵⁾	BIO Tortellini „Verdura“^(a1, g) mit Tomaten-Gemüse-Füllung, Spinatsoße ^(a1) und Rote Bete ⁽⁵⁾
Mi 14.01.	Hefeklöße^(a1, c, g) mit Vanillesoße ^(3, g) (Puddingsoße mit Vanillegeschmack)	Hörnchennudeln^(a1, c) mit Sauce Bolognese ^(a1) , und Obst	Marinierter Bismarckhering in Apfel-Gurken-Soße ^(5, 7, d, g) und Dampfkartoffeln	Vegetarisches Hühnerfrikassee^(a1, g) (aus Weizen-, Pilz- und Erbsenprotein) mit feinem Gemüse, dazu Reis
Do 15.01.	Pancakes „American Style“^(a1, c, g) mit fruchtiger Erdbeersoße <div>NEU</div>	Schweinegulasch^(a1) mit Spirelli ^(a1, c) dazu hausgemachte Quarkspeise ^(g)	Rib-Steak „Smoky Barbecue“^(a1, a3, j) (Schweinehacksteak), Rahmporree ^(a1, g) , Soße ^(a1) und Kartoffeln	Reisnudelpfanne^(a1) mit Ei ^(c) , Gemüse und Rahmsoße ^(a1, g) hausgemachte Quarkspeise ^(g)

FRISCHEBAR			
Kaltgerichte Mo. - Fr. 6,10 €		Salat Mo. - Fr. 6,10 €	
Montag	Fischstäbchen^(4, a1, d, j) mit Kartoffelsalat Zitronenecke und Garnitur	Montag	Salat Badisch^(2, 4, 6, c, g, i, j) Eisbergsalat, Tomate, Gurke, Mais, Paprika, Schinkenröllchen, mit French-Dressing ^(c, i, j)
Dienstag	Dürüm (Weizentortilla)^(2, 3, 7, a1, c, g) Wrap gefüllt mit mariniertem Kebab- Hühnerfleisch, Rot- und Weißkraut, Zaziki und frischen Zwiebeln	Dienstag	Chefsalat^(a1, c, g, i, j) Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Kochschinken, Käse, mit Joghurt-Dressing
Mittwoch	„Süße Allerlei aus verschieden gefüllten Eierkuchen“^(a1, c, g) (mit Himbeer-Panna-Cotta-Füllung, Apfelfüllung und Quark-Rosinenfüllung) dazu Vanillesoße (Puddingsoße mit Vanillegeschmack)	Mittwoch	Wintersalat^(2, 4, 6, a1, c, g, i, j) mit gebratenem Bacon Eisbergsalat, Feldsalat, Tomate, Mandarin-Orangen und gebratene Baconscheiben mit Croutons mit Kräuter-Dressing
Donnerstag	Baguette „Schnitzel“^(a1, c, g, j) mit Schweineschnitzel, Remoulade, Salat, Tomate und Gurke	Donnerstag	Amerikanischer Salat^(2, a1, c, g, i, j) Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Gurke, Mais, Kidneybohnen, Hähnchennuggets, mit French- Dressing ^(c, i, j)
Freitag	Hausgemachter Pizzasnack „Hot Dog“^(a1, c, g, j) herzhalt belegt mit Würstchenscheiben, süß-sauren Gewürzgurken, Röstzwiebeln und mit Käse überbacken <div>NEU</div>	Freitag	Bunter Salat mit Thunfisch^(d, c, g, i, j) Eisbergsalat, Tomate, Paprika, Mais, rote Zwiebel, Thunfisch, Dill, mit Kräuter-Dressing
Bis 06.01.26 keine Kaltgerichte / Salate bestellbar! 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 23:59 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
Es gelten die AGB's der Südharzküche GmbH, diese liegen in der Geschäftsstelle zur Kenntnisnahme aus.

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!



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 & Sulfite, (m - Lupine*; (n - Weichtiere*

*= oder Erzeugnisse

 = vegan

Datum	Menü - A Mo. - Fr. 6,05 €* 	Menü - B Mo. - Fr. 6,30 €* 	Menü - C Mo. - Fr. 6,90 €* 	Vegetarisch Mo. - Fr. 6,55 €*
Fr 16.01.	Sternchennudelsuppe ^(a1,c,i) mit Rindfleisch, und Schoko-Pudding ^g	Jumbo-Fischstäbchen ^(a1,d) mit Zitronen-Butter-Soße ^(a1,g) und Kartoffeln, Monte- Pudding ^{g,h2}	Gebratenes Rippchen vom Schwein auf Bayrisch-Kraut ^(a1) mit Soße ^(a1,j) und Salzkartoffeln	Vegetarische Erbsensuppe ⁱ mit Kartoffel-Gemüse-Einlage und Schoko-Pudding ^g
Mo 19.01.	Nudelsuppe ^(a1,i) mit buntem Gemüse, Geflügelfleisch und Vollkornnudeln, Mischbrot ^(a1,a2)	Spirelli ^(a1,c) mit Tomatensoße ^(a1) und Geflügelwursteinlage ^(2,3,4,6,7)	Schlachteplatte ^(1,2,4,6,j) (Rotwurst, Leberwurst und Knacker) auf Fasskraut ⁱ und Kartoffeln	Kartoffeltaschen „Frischkäse- Kräuter“ ^(g) mit cremiger Spinat-Käse-Soße ^(a1,g)
Di 20.01.	Milchreis ^g mit Kirschsoße	Schweineschnitzel ^(a1,c) , Erbsengemüse ^(a1) mit Soße ^(a1) und Kartoffeln	Gebratene Schweineleber ^(a1) in feiner Apfel-Zwiebelsoße ^(a1) und Kartoffelpüree ^g , dazu Schlesische Gurkenhäppchen ^(3,j)	Süßkartoffelcurry ^(a1,i) und  Reis dazu Obst
Mi 21.01.	Eierstichsuppe ^(a1,c,g,i) mit Suppengemüse, Geflügelfleisch, dazu Erdbeerkompott	Würzige Gehacktesuppe ^(5,a1) mit Paprika- und Gewürzgurkenwürfel ⁽⁵⁾ und Kartoffelpüree ^g dazu Erdbeerkompott	Gebratene Hähnchenkeule mit Soße ^(a1) , Leipziger Allerlei (Möhren, Erbsen, Schwarzwurzeln) ^(a1) und Kartoffeln	Eierkuchen ^(a1,c,g) mit Erdbeerkompott
Do 22.01.	Grüner Erbseneintopf ^(a1,i) mit Kasslersuppenfleisch ^(2,4,6) und frisches Obst	Gebratene Hähnchenbrust natur mit Geflügelsoße ^(a1) , Rotkohl ⁽⁷⁾ und Salzkartoffeln	Lachs in Gorgonzolasoße mit Blattspinat und Penne ^(a1,c,d,g)	Vollkornnudeln ^(a1) mit vegetarischer Gemüse-Bolognese ^(a1,i) und frisches Obst
Fr 23.01.	Kesseltulaschsuppe ^(2,4,6) (Schweinefleisch) mit Kartoffel- und Gemüseeinlage ^(a1,a3,i) und Fruchtojoghurt ^g	Hähnchen in Honig-Senf-Dillsoße ^(a1,g,j) mit Nudeln ^(a1,c) dazu Fruchtojoghurt ^g	Wildgulasch mit Rotweinsoße ^(a1,l) mit Waldpilzen und Spätzle ^(a1,c)	2 Germknödel mit Kirschfüllung ^(a1,c,g) und Vanillesoße ^(3,g) (Puddingsoße mit Vanillegeschmack)
Mo 26.01.	Reissuppe ⁱ mit Geflügelfleisch und Suppengemüse, Roggenvollkornbrot ^(a1,a2,a3)	Würstchengulasch ^(1,2,3,4,6,7,a1,i,j) , mit Nudeln ^(a1,c) und frisches Obst	Paniertes Schweineschnitzel ^(a1,c) mit feiner Soße, Fingermöhrrchen ^(a1) und Kartoffeln	Gemüse-Köttbullar ^c (aus Kichererbsen und Weizen) mit Tomatensoße ^(a1) und Vollkornnudeln ^(a1)
Di 27.01.	Muschelnudelsuppe ^(a1,c,i) mit buntem Gemüse und Geflügelfleisch, dazu Mischbrot ^(a1,a2)	Rostbratwurst ^(1,6,7,a1) mit Soße ^(a1,j) , Sauerkraut ⁱ und Kartoffeln	Paprikagulasch „Halb&Halb“ ^(a1) (Schweine- und Rindfleisch) mit böhmischen Knödeln ^(a1,c,g) wieder da	Vegetarischer Auflauf ^(a1,a3,f,g,i) „Lasagne Art“ mit Sojabolognese (Sojaeiweis), Creme Fraiche, gratiniert mit Käse und Bohnensalat
Mi 28.01.	Hefeklöße ^(a1,c,g) mit Heidelbeersoße ^g	„Rouladentopf“ ^(2,4,5,6,7,a1,j) (zartes Rindfleisch mit Gewürzgurke, Zwiebeln und Schinken) mit Kartoffelpüree ^g Weißkohl-Paprika-Rohkost	Schweinebraten mit Senfkruste ⁱ , Kaisergemüse (naturell), Soße ^(a1) und Salzkartoffeln	Bunte Nudeln ^(a1,c) mit Tomatensoße ^(a1,g) und Paneer (Käsewürfel) NEU dazu frischen Weißkohl-Paprika-Rohkost
Do 29.01.	Lasagnesuppe ^(a1,c,g) mit Schweinehackfleisch, Paprika und Nudeln Vollkornbrot ^(a1,a2,a3) mit Sonnenblumenkernen	Chicken Nuggets ^(2,a1,i) mit Soße ^(a1) , Mischgemüse ^(a1) und Kartoffeln	Heringsfilet „Matjes Art“ in Apfel- Gurken- Soße ^(4,5,7,d,g) und Dampfkartoffeln	Gemüse-Nudelpfanne ^(a1,c) mit Gemüse (Karotten, Mais, Blumenkohl, Broccoli) und Rahmsoße ^(a1,g) , dazu Fruchtojoghurt ^g
Fr 30.01.	Kartoffelsuppe ^(a1,i) mit Jagdwurstwürfel ^(1,2,3,4,6,7,j) und Fruchtojoghurt ^g	Backfischfilet ^(a1,d) mit Gurken-Remouladen-Soße ^(7,a1,c,g,j) (kalt) und Kartoffeln	„Zwiebelfleisch“ - Schweinefleisch in Zwiebelsoße ^(a1,g) mit Klößen	Quorn- Bratwurst ^c (aus Mycoprotein) mit Soße ^(a1) ,  Möhrengemüse ^(a1,i) und Kartoffelpüree ^g



SÜDHARZKÜCHE

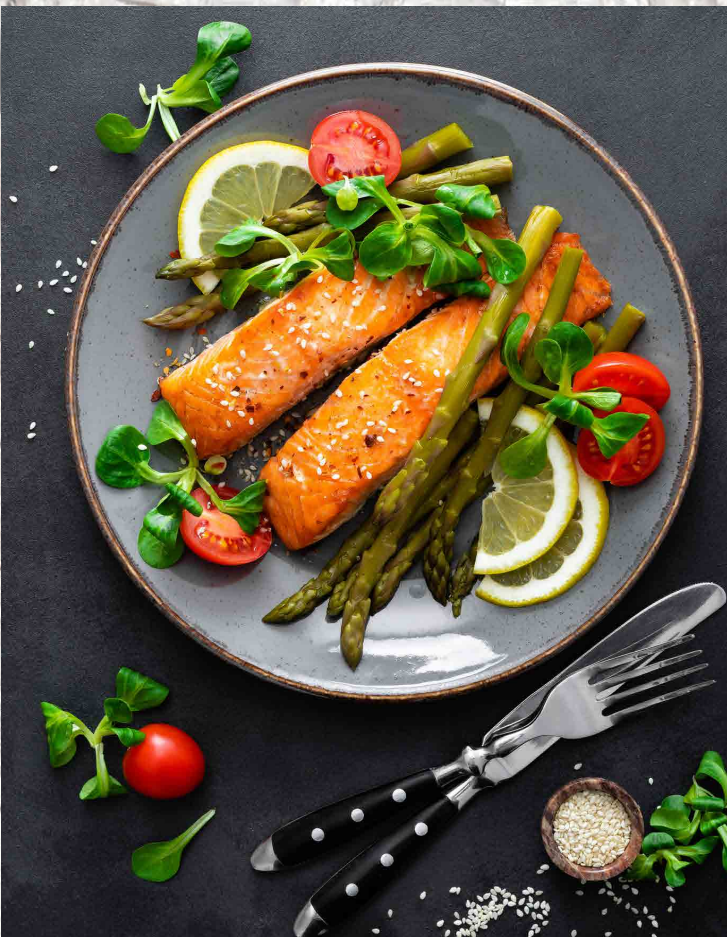
lecker. regional. essen.

Tel.: 0 34 64 / 270 233 0

bestellung@suedharzkueche.de

Speisekarte

1. - 31. Januar 2026



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

