

Gesunde Ernährung mit Ihrer Volkssolidarität

„Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein essentielles Gut und wichtig für unser Wohlbefinden und unsere Fitness. Es geht nicht ums bloße Satt-Werden, es geht um Frische, Genuss, Nährstoffe und um Vitamine“

Unser Ziel ist es, Ihnen jeden Tag eine abwechslungsreiche Auswahl an selbstgekochten Gerichten anzubieten, die nach den Grundsätzen der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) sorgfältig ausgewählt und fachgerecht zubereitet werden. Unser Zusatzangebot unterstützt die wichtige tägliche Versorgung von Nährstoffen und Vitaminen.



Bäckertüte 5,35€

Bäckertüte aus Dresdner Handwerkskunst mit der Bestellung von Montag bis Freitag

„Genießen Sie die frischen Backwaren für Ihr individuelles Frühstück oder für Ihr Abendbrot und stärken Sie damit Ihre Ballaststoffzufuhr“

1 Doppel-Fischbrötchen 4,40€

Mittwoch ist „Fischbrötchen Tag“ Ein super Fang! Bestellung jeden Mittwoch

„Lecker und reich an Eiweiß und Omega 3 Fettsäuren“



Obsttüte der Saison 4,70€

Vitaminreiche Obsttüte der Saison mit der Bestellung für Montag, Mittwoch und Freitag

„mit vielfältigen Vitaminen und Nährstoffen täglich gut versorgt“

Gemüsetüte der Saison 4,70€

Vitaminreiche Gemüsetüte der Saison mit der Bestellung für Dienstag und Donnerstag

„mit vielfältigen Vitaminen und Nährstoffen täglich gut versorgt“



Nutzen Sie für die Bestellung eines unserer Zusatzangebote unseren Bestellabschnitt mit dem jeweiligen Piktogramm. Gern berät Sie auch unser kompetentes Team unter 0351 50 10134



Täglich gut versorgt in Dresden

KW 11

Tel: 0351 - 50 10 134

Fax: 0351 - 50 10 201

Nutzen Sie auch unsere Möglichkeit zur Online-Bestellung

essen@volkssoli-dresden.de

www.volkssoli-dresden.de

Bestellschein

Kalenderwoche: 11

Abgabe Bestellschein bis 24.02.2025

Menüangebot	1	Hausmannskost „sächsische Art“	2	Hausmannskost „Eintopfküche“	3	Hausmannskost „Frisch & Lecker“	4	5	Vegetarische Küche mit Informationen für Diabetiker	6	Kräftig & Deftige Küche mit Informationen für Diabetiker	7	Abendbrot „Vielfältig & Frisch“	8	Nachttisch „Schlemmen & Genießen“	Menü	1	2	3	4	5	6	7	8	Zusatzangebot		
Mo		Bratwurst mit Bratensoße, dazu Erbsengemüse und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, J, K, 4, 7}	Bunter Nudleintopf mit Geflügelfleisch ^{C, A, J, 4, 3}	3 gefüllte Eierpfannkuchen mit Vanillesoße ^{C, A, G, 4, 1}				Feine Gemüseauwahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree ^{A, G}		Traditionell zubereitete Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln ^{C, A, G}			Salami, Mettwurst, Gouda, Fisch in Tomatensoße, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, G, J, K, 15, 4, 1, 3, 2}	Fruchtiges Apfelmus ³	Mo												
10.03.	5,85€ 7132	5,75€ 7081	6,60€ 7261	9,58€ 4594	9,41€ 4074	4,40€ 8196	1,10€ 9001	10.03.																			
Di		Rahmspinat mit Rührei und Petersilienkartoffeln ^{C, A, G, M, J, F, 1, 2}	Flecke süß-sauer ^{A, M, S, 11, 3}	Gebratene Hähnchenkeule mit Geflügelsoße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln ^{C, A, 11, 2}				Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott (mit Süßungsmitteln) ^{C, A, G, 11}		Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln ^{G, J, K}			Röstzwiebelpastetenbraten, Honig-Schinken-Leberwurst, Frischkäse, Möhren-Apfel-Salat, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, G, J, K, 4, 1, 3, 2}	Vanillepudding mit Schokosoße ^{G, 1}	Di												
11.03.	5,85€ 7049	5,75€ 7086	6,60€ 7020	9,82€ 4590	11,14€ 4158	4,40€ 8219	1,10€ 9026	11.03.																			
Mi		Spaghetti „Carbonara“ (mit Käse-Kochschinken-Champignon-Soße) ^{A, G, F, 7, 1, 3, 2}	Blumenkohlentopf mit Fleischklößchen ^{C, A, M, J, S, 3}	Grützwurst mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln ^{A2, J, 4, 3, 2}				Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln		Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi ^{G, J, K}			Geflügelsalami, Partyfrikadelle, Maasdamer, Griebenfett mit 1/2 Gewürzgurke, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, F, 7, 1, 3, 2}	Mango-Birnen Kompott	Mi												
12.03.	5,85€ 7284	5,75€ 7118	6,60€ 7003	9,13€ 4603	11,21€ 4433	4,40€ 8197	1,10€ 9003	12.03.																			
Do		Reispfanne mit Hähnchenstreifen und Gemüse, dazu Käsesoße ^{C, A, G, F, 1}	Kohlrabieintopf mit Schweinefleisch ^{A, M, J, S, 3}	Schweinegulasch „Jäger Art“ mit Makkaroni ^{A, J, 1, 2}				Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln ^{A, G, J}		Bunte Geflügelpanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle ^{C, A, G, J}			Lyoner mit Paprika, Kochschinken, Butterkäse, Wurstsalat mit Dressing, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, K, F, 4, 7, 1, 11, 3, 2}	Cremiger Bananenjoghurt ³	Do												
13.03.	5,85€ 7315	5,75€ 7148	6,60€ 7332	9,70€ 4599	10,55€ 4732	4,40€ 8046	1,10€ 9004	13.03.																			
Fr		Jägerschnitzel mit Bratensoße dazu Mischgemüse und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, G, K, 3, 2}	Grüne Bohneneintopf mit Kaßlerfleisch ^{A, M, J, S, 4, 7, 3, 2}	Marinierter Hering in Remouladensoße, dazu Bratkartoffeln und Rote-Bete-Salat ^{A, G, 1, 2}				Saftige Gemüsekadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln ^{C, A, G}		Rostbratwürstchen „Fränkische Art“ vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree ^{G, 3}			Zwiebelmelt, Bierschinken, Schmelzkäse Champignon, Obst der Saison, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, K, F, 13, 4, 7, 1, 3, 2}	Bunter Fruchtcocktail ³	Fr												
14.03.	5,85€ 7221	5,75€ 7252	6,60€ 7312	10,24€ 4387	10,37€ 4021	4,40€ 8266	1,10€ 9005	14.03.																			
Sa*		Gefüllte Kohlroulade mit Specksoße und Petersilienkartoffeln ^{A, G, K, 2}	Sächsische Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen ^{A, J, K, 7, 3, 2}	Knusper-Seelachs-Filet „Honig-Senf“ mit Dillrahmsoße, dazu Buttermöhren und Kartoffelpüree ^{A, A1, G, F}									Wildpastete, Dillsaftfleisch, Elbländer-Schnittkäse, Gurkensalat mit Sauerrahm, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, H, H7, M, J, K, F, 4, 7, 1, 3, 2}	Schoko Quarkspeise ⁶	Sa*												
15.03.	5,85€ 7047	5,75€ 7067	6,60€ 7133			4,40€ 8059	1,10€ 9079	15.03.																			
So*		Paniertes Hähnchenschnitzel mit Rahmsoße, dazu Broccoli und Petersilienkartoffeln ^{G, F, 2}	Porreeintopf mit Kaßlerfleisch ^{A, M, J, S, 4, 7, 3, 2}	Königsberger Klopse in Kapernsoße mit Mischgemüse und Petersilienkartoffeln ^{C, A, G, J, F, 2}									Putenbrust natur, Kaßlerleberwurst, Limburger, Käsesalat mit Radieschen und Lauch, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, F, 4, 7, 11, 3, 2}	Pfirsich Kompott	So*												
16.03.	5,85€ 7322	5,75€ 7089	6,60€ 7143			4,40€ 8001	1,10€ 9051	16.03.																			

Bestellungen aus Spalte 7 und 8 sind nur in Verbindung mit einem Menü (Spalte 1 - 6) möglich.

Nährwertangaben pro Portion

kJ = Kilojoule gs.fr = gesättigte Fette ew = Eiweiß BE = Proteineinheiten
ft = Fett kh = Kohlenhydrate sa = Salz

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff, 2 mit Konservierungsstoff, 3 mit Antioxidationsmittel, 4 mit Geschmacksverstärkern, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt (Oliven), 7 mit Phosphat, 8 mit Milcheiweiß (Molkepulver, Milchpulver), 9 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 10 enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam), 11 mit Süßungsmitteln, 12 auf Grundlage (z.B. Sorbit) bei Tafelsüßen, 13 gewachst, 14 mit Hühnerweiß, 15 mit Stärke, 16 Nitritpökelsalz, 18 ohne Gluten, 28 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 29 enthält Schweinefleisch, 30 enthält Alkohol, 31 ohne Laktose

Allergene: A Weizen, A1 Roggen, A2 Glutenhaltiges Getreide - Gerste, A3 Hafer, B Krebstiere und Krebserzeugnisse, C Eier und Eiererzeugnisse, D Fisch und Fischerzeugnisse, E Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, F Soja und Sojaerzeugnisse, G Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose), H Haselnüsse sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, H1 Walnüsse, H2 Cashewnüsse H3 Pekannüsse, H4 Paranüsse, H5 Macadamianüsse, H6 Pistazien, H7 Mandeln, J Sellerie und Sellerieerzeugnisse, K Senf und Senferzeugnisse, L Sesamsamen und Sesamsamerzeugnisse, M Schwefeldioxid und Sulfide (bei einer Konzentration von mi. 10mg/kg oder L), N Lupinen und Lupinenerzeugnisse, O Weichtiere und Weichtiererzeugnisse
BE = Menü mit Informationen für Diabetiker (mit BE-Angaben und höchstens 35g Fett) Änderungen vorbehalten

Hinweis zur Bestellung: Bestellungen sind ab 20.12.2021 nur bis 11 Uhr des Vortages möglich, für den Montag nach dem Wochenende müssen diese bis Freitag 11 Uhr erfolgen, für Feiertag bis zum Werktag vorher 11 Uhr Reklamationen sind nur am gleichen Tag bis 14:00 Uhr möglich

Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein.

Kunden-Nr. Tel.

Name

Straße, Hausnr.

Wohnort

Alle personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken erhoben, verarbeitet und genutzt. Die Verarbeitung oder Nutzung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen.

