

**Bestellen und genießen:**

# Ihr Mittagessen frisch ins Haus geliefert



Jetzt  
Probier-Menü  
bestellen unter  
040 60 60 11 57

7,90 €  
pro Portion

**Leckere Gerichte frisch zubereitet aus besten Zutaten und heiß serviert auf einem Porzellanteller:  
Das bietet Ihnen der Menüservice Heilig Geist.**

Wählen Sie täglich aus einem abwechslungsreichen Angebot aus **Vollkost, leichter Vollkost und vegetarischer Kost** und schon bringen wir Ihnen Ihr Mittagessen zuverlässig direkt nach Hause. Kreuzen Sie für jeden Wochentag Ihr Wunschmenü an. Wenn Sie etwas nicht wünschen, streichen Sie es einfach durch. Eine Liste der Allergene und Zusatzstoffe finden Sie auf der Rückseite.

#### **Auszeichnung mit Hamburger Hygienesiegel**

Auf unsere Qualität und Hygienestandards ist Verlass. Das beweist auch das Hamburger Hygienesiegel der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz, mit dem unsere Zentralküche bereits 2018 als vorbildlicher Gastronomiebetrieb ausgezeichnet wurde.



Sie haben Fragen zu Allergenen oder Zusatzstoffen? Auf Wunsch reichen wir Ihnen gerne ein Extablatt mit einer Listung der kennzeichnungspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe.

**Menüservice Heilig Geist**  
**Hinsbleek 11 · 22391 Hamburg**  
**menueservice@hzhg.de · www.hzhg.de/menueservice**

Rufen Sie uns an - täglich von 7 bis 14 Uhr  
**Tel. 040 60 60 11 57**



Name, Vorname

Adresse

**KW 40**

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

**MO**  
30.9

Menü I: Vollkost		Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
			BE	Kcal
<input type="checkbox"/>	<b>Nürnberger Würstchen</b> mit Bratensoße, Sauerkraut und Zwiebelkartoffelpüree	2 Sa/SO2 13/Ei/Glu/Mi Ru/Sa/SO2 Ei/Glu/Glu1 Mi/Ma/SO2	0 0 0 3	224 41 102 237
	<b>Pfirsichkompott</b>		2 5	90 694

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Menü II: Leichte Vollkost		Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
			BE	Kcal
<input type="checkbox"/>	<b>Hühnereintopf</b> mit Gemüse, Hühnerfleisch und Gabelspaghetti	Ei/Glu/Mi/Ga /Sa/SO2 Sa Glu/Glu1	0 0 0 2	3 51 224 142
	<b>Pfirsichkompott</b>		2 4	90 509

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Menü III: Vegetarisch		Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
			BE	Kcal
<input type="checkbox"/>	<b>Tortellini mit Käsefüllung,</b> Kürbis-Salbeisoße und geröst. Kürbiskernen	Ei/Glu/Mi/Ma /Sa/SO2 1/Ei/Ma Nu	6 0 0	424 0 75 40
	<b>Pfirsichkompott</b>		2 8	90 628

**DI**  
1.10

<input type="checkbox"/>	<b>Leberkäs mit Bratensoße,</b> Lauchgemüse und Kartoffeln	1/2 Sa/SO2	0 0 0 2	239 41 37 144
	<b>Nachtsich</b>		1 3	98 559

<input type="checkbox"/>	<b>Bandnudeln</b> mit Lachswürfeln und Spinat-Rahmsauce	Ei/Glu/Glu1 Fi Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/SO2	4 0 0 0	251 74 29 0
	<b>Nachtsich</b>		1 5	98 453

<input type="checkbox"/>	<b>Vollkornnudeln</b> mit Tomatensoße, Zucchini und Fetakäse	Glu/Glu1 Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/SO2 Mi	4 0 0 0	245 31 12 135
	<b>Nachtsich</b>		1 5	98 521

**MI**  
2.10

<input type="checkbox"/>	<b>Köttbullar</b> mit Rahmsauce, Kartoffelpüree und Preiselbeeren	Ei/Glu Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/SO2 Ei/Glu/Glu1 Mi/Sa/SO2	1 0 3 3	256 94 178 130
	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>		2 9	130 788

<input type="checkbox"/>	<b>Seelachsfilet mit Bärlauchsoße,</b> Fingermöhren und Petersilienkartoffeln	Fi Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/SO2	0 0 1 2	97 26 85 123
	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>		2 5	130 462

<input type="checkbox"/>	<b>Gnocchi mit Basilikum Pesto,</b> Kirschtomaten und Fetakäse	Ei/Glu/Glu1 /Sa 1/Ei/Mi/Nu1 1	5 0 0	284 136 8
	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>		2 7	130 692

**DO**  
3.10

<input type="checkbox"/>	<b>Currywurst</b> mit Curryketchup und Kartoffelsalat	1/28 6/Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/SO2 1/Ei/Glu/Glu1 /Sa	0 1 3 0	389 58 349 0
	<b>Dessertbecher</b>		2 6	104 900

<input type="checkbox"/>	<b>Eieromelette</b> mit Senfsoße, Mischgemüse und Kartoffelpüree	2/Ei/Mi/Nu1 Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/SO2 Ei/Glu/Glu1 Mi/Sa/SO2	0 0 0 3	118 44 40 178
	<b>Dessertbecher</b>		2 5	104 483

<input type="checkbox"/>	<b>Vege. Schnitzel Toskana</b> mit Ratatouille und Penne Nudeln	4/Ei/Glu/Glu1 /Sa/SO2 1/28 2/10/SO2 Glu/Glu1	1 0 0 4 0	170 36 249 0
	<b>Dessertbecher</b>		2 7	104 560

**FR**  
4.10

<input type="checkbox"/>	<b>Fischfilet gebraten</b> mit Hollandaise, Petersilienkartoffeln und Gurkensalat	Fi/Glu/Glu1/Mi /Sa Ei/Glu/Glu1 Mi/Sa/SO2	1 0 2 1	138 93 123 118
	<b>Haselnusspudding</b>		2 6	153 625

<input type="checkbox"/>	<b>Penne Nudeln</b> mit Hackfleisch, Kürbiswürfeln und Fetakäse	Glu/Glu1 Mi	4 0 0 0	249 115 17 135
	<b>Haselnusspudding</b>		2 6	153 669

<input type="checkbox"/>	<b>Veganes Thaicurry</b> mit roten Linsen, Gemüse und Jasminreis		1 1 0 3	265 101 34 152
	<b>Haselnusspudding</b>		2 7	153 705

**SA**  
5.10

<input type="checkbox"/>	<b>Erbseintopf</b> mit Kartoffelwürfeln und Geflügelwiener	13/Ei/Glu/Mi /Sa/Sa/SO2 1/28	3 1 0 0	280 51 132 0
	<b>Nachtsich</b>		1 5	98 560

<input type="checkbox"/>	<b>Königsberger Klopse</b> in Kapernsoße mit Roter Bete Petersilienkartoffeln	Ei/Glu/Glu1 /Sa/Sa/SO2 5	1 0 0 2	268 26 25 123
	<b>Nachtsich</b>		1 4	98 540

<input type="checkbox"/>	<b>Gemüsepfanne medi.</b> mit Risotto und gebratenen Pilzen	2/10/SO2 1/Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/Sa/SO2	0 2 0 0	42 232 13 0
	<b>Nachtsich</b>		1 3	98 385

**SO**  
6.10

<input type="checkbox"/>	<b>Rinderbraten</b> mit Bratensoße, Erbsen und Möhren Petersilienkartoffeln	4/Ei/Glu/Mi/Sa /Sa/Sa/SO2	0 0 1 2	135 7 89 123
	<b>Obstsalat</b>		1 4	41 393

<input type="checkbox"/>	<b>Thai-Curry mit</b> Putenbruststreifen, Asia Gemüse und Jasminreis		0 0 1 3	53 119 47 152
	<b>Obstsalat</b>		1 5	41 411

<input type="checkbox"/>	<b>Zwiebelsuppe,</b> Rösti mit Tomate Mozarella und Zucchini Gemüse		0 2 0 0	20 96 301 29
	<b>Obstsalat</b>		1 3	41 486

1 mit Konservierungsstoff, 2 mit Antioxidationsmittel, 4 mit Farbstoff, 5 mit Süßungsmitteln, 6 mit Zucker und Süßungsmitteln, 8 mit Phosphat, 10 geschwefelt, Ei Eier, Fi Fisch, Glu Gluten, Glu1 Weizen, Dinkel, Weizenarten, Glu3 Gerste, Mi Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, Nu Schalenfrüchte, Nu1 Mandeln, Sa Sellerie, Sen Senf, So Soja, SO2 enthält Schwefeldioxid/sulfite  
( \* = Allergene können in Spuren enthalten sein)