

Bestellen und genießen:

Ihr Mittagessen frisch ins Haus geliefert



Jetzt
Probier-Menü
bestellen unter
040 60 60 11 57

8,20 €
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 - Mo. - Fr. 8.00 bis 14 Uhr
Tel. 040 60 60 11 57



Name, Vorname

Adresse

KW 18

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

| Allergene/ Zusatzstoffe | Nährwerte | |
|----------------------------|-----------|------|
| | BE | Kcal |

MO
28.4

| Menü I: Vollkost | | | | |
|--------------------------|--|-------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Schweinegulasch <i>in Bratensoße, Blumenkohl und Petersilienkartoffeln</i> | 1:SO2 | 0 | 252 |
| | | 1:SO2 | 0 | 42 |
| | | | 0 | 65 |
| | | | 2 | 123 |
| | Pfirsichkompott | | 2 | 103 |
| | | | 4 | 584 |

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

| Allergene/ Zusatzstoffe | Nährwerte | |
|----------------------------|-----------|------|
| | BE | Kcal |

| Menü II: Leichte Vollkost | | | | |
|---------------------------|---|---------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Hühnereintopf <i>mit Gemüse, Hühnerfleisch und Gabelspaghetti</i> | Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 0 | 3 |
| | | Soj | 1 | 52 |
| | | | 0 | 224 |
| | | | 2 | 142 |
| | Pfirsichkompott | | 2 | 103 |
| | | | 5 | 523 |

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

| Allergene/ Zusatzstoffe | Nährwerte | |
|----------------------------|-----------|------|
| | BE | Kcal |

| Menü III: Vegetarisch | | | | |
|--------------------------|---|---------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Tortellini mit <i>Käsefüllung, Kürbis-Salbeisoße und geröst. Kürbiskernen</i> | Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 6 | 424 |
| | | | 0 | |
| | | 1:EM:Gl | 0 | 74 |
| | | Nü | 0 | 40 |
| | Pfirsichkompott | | 2 | 103 |
| | | | 8 | 640 |

DI
29.4

| | | | | |
|--------------------------|---|-------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Geflügelrikadelle <i>mit Bratensoße, Lauchgemüse und Kartoffeln</i> | Gl:Mi | 1 | 156 |
| | | 1:SO2 | 0 | 42 |
| | | | 0 | 37 |
| | | | 2 | 144 |
| | Nachtsch | Me | 1 | 98 |
| | | | 4 | 477 |

| | | | | |
|--------------------------|---|-----------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Bandnudeln <i>mit Lachswürfeln und Spinat-Rahmsauce</i> | Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 4 | 251 |
| | | Fi | 0 | 74 |
| | | 1:EM:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 0 | 28 |
| | | | 0 | |
| | Nachtsch | Me | 1 | 98 |
| | | | 5 | 452 |

| | | | | |
|--------------------------|--|---------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Vollkornnudeln <i>mit Tomatensoße, Zucchini und Fetakäse</i> | Gl:Gl:1 | 4 | 245 |
| | | Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 0 | 32 |
| | | Me | 0 | 12 |
| | | | 0 | 135 |
| | Nachtsch | Me | 1 | 98 |
| | | | 5 | 521 |

MI
30.4

| | | | | |
|--------------------------|---|---------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Köttbullar <i>mit Rahmsauce, Kartoffelpüree und Preiselbeeren</i> | Ei:Gl:1 | 1 | 256 |
| | | Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 0 | 94 |
| | | Ei:Gl:Gl:1 (Mil:So) | 3 | 178 |
| | | | 3 | 130 |
| | Fruchtjoghurt Mango | Me | 2 | 130 |
| | | | 9 | 788 |

| | | | | |
|--------------------------|---|-----|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Seelachs gedämpft <i>mit Zitronenbittersauce, Spinat und Kartoffeln</i> | Fi | 0 | 63 |
| | | Me | 0 | 181 |
| | | Soj | 0 | 48 |
| | | | 2 | 144 |
| | Fruchtjoghurt Mango | Me | 2 | 130 |
| | | | 4 | 566 |

| | | | | |
|--------------------------|--|-------------------------|----|-----|
| <input type="checkbox"/> | Gnocchipfanne mit <i>Zucchini, Tomate Aubergine und Tomatensahnesoße</i> | Ei:Gl:Gl:1 (Sen/Sel) | 10 | 567 |
| | | | 0 | 19 |
| | | 2:SO2 | 0 | 5 |
| | | Me | 1 | 53 |
| | Fruchtjoghurt Mango | Me | 2 | 130 |
| | | | 13 | 774 |

DO
1.5

| | | | | |
|--------------------------|---|-----------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Currywurst <i>mit Curryketchup und Kartoffelsalat</i> | 1:28 | 0 | 389 |
| | | 6:Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 1 | 58 |
| | | 1:Ei:Gl:Gl:1 (Sen) | 3 | 349 |
| | | | 0 | |
| | Dessertbecher | 4:Me | 2 | 104 |
| | | | 6 | 900 |

| | | | | |
|--------------------------|---|---------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Eieromelette <i>in Senfsauce mit Mischgemüse und Kartoffelpüree</i> | 2:8:EM:Me | 0 | 118 |
| | | Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 0 | 44 |
| | | | 0 | 45 |
| | | | 3 | 178 |
| | Dessertbecher | 4:Me | 2 | 104 |
| | | | 5 | 488 |

| | | | | |
|--------------------------|---|---------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Vege. Schnitzel Toskana <i>mit Ratatouille und Penne Nudeln</i> | 4:8:Ei:Gl:Gl:1 (Gl:Me) | 1 | 170 |
| | | 2:SO2 | 0 | 36 |
| | | Gl:Gl:1 | 4 | 249 |
| | | | 0 | |
| | Dessertbecher | 4:Me | 2 | 104 |
| | | | 7 | 560 |

FR
2.5

| | | | | |
|--------------------------|---|------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Fischfilet gebraten <i>mit Hollandaise, Petersilienkartoffeln und Gurkensalat</i> | Fi:Gl:Gl:1 (Sen) | 1 | 138 |
| | | Ei:Gl:Gl:1 (Mil:So) | 0 | 93 |
| | | | 2 | 123 |
| | | | 1 | 118 |
| | Haselnusspudding | 4:Me | 2 | 153 |
| | | | 6 | 625 |

| | | | | |
|--------------------------|---|---------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Penne Nudeln <i>mit Hackfleisch, Kürbiswürfeln und Fetakäse</i> | Gl:Gl:1 | 4 | 249 |
| | | | 0 | 115 |
| | | | 0 | 15 |
| | | Me | 0 | 135 |
| | Haselnusspudding | 4:Me | 2 | 153 |
| | | | 6 | 667 |

| | | | | |
|--------------------------|--|---------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Gemüseintopf <i>mit Eierstich und Nudeln</i> | | 0 | 50 |
| | | EM:Gl | 0 | 49 |
| | | Gl:Gl:1 | 3 | 189 |
| | | | 0 | |
| | Haselnusspudding | 4:Me | 2 | 153 |
| | | | 5 | 441 |

SA
3.5

| | | | | |
|--------------------------|--|-------------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Erbseintopf <i>mit Kartoffelwürfeln und Geflügelwiener</i> | 1:3:Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 3 | 280 |
| | | | 1 | 58 |
| | | 1:28 | 0 | 125 |
| | | | 0 | |
| | Nachtsch | Me | 1 | 98 |
| | | | 5 | 561 |

| | | | | |
|--------------------------|---|------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Königsberger Klopse <i>in Kapernsoße mit Roter Bete Petersilienkartoffeln</i> | | 1 | 268 |
| | | Ei:Gl:Gl:1 (Mil:So) | 0 | 24 |
| | | 5 | 0 | 25 |
| | | | 2 | 123 |
| | Nachtsch | Me | 1 | 98 |
| | | | 4 | 538 |

| | | | | |
|--------------------------|--|----|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Veganes Thaicurry <i>mit roten Linsen, Gemüse und Jasminreis</i> | | 1 | 265 |
| | | | 1 | 101 |
| | | | 1 | 47 |
| | | | 3 | 152 |
| | Nachtsch | Me | 1 | 98 |
| | | | 7 | 663 |

SO
4.5

| | | | | |
|--------------------------|---|-----------------------------|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Rinderbraten <i>mit Bratensoße, Erbsen und Möhren Petersilienkartoffeln</i> | | 0 | 135 |
| | | 4:Ei:Gl:Mil:So (Sen/Sel) | 0 | 7 |
| | | | 1 | 89 |
| | | | 2 | 123 |
| | Obstsalat | | 1 | 41 |
| | | | 4 | 393 |

| | | | | |
|--------------------------|--|---|---|-----|
| <input type="checkbox"/> | Thai-Curry mit <i>Putenbruststreifen, Asia Gemüse und Jasminreis</i> | | 0 | 53 |
| | | 4 | 0 | 125 |
| | | | 1 | 47 |
| | | | 3 | 152 |
| | Obstsalat | | 1 | 41 |
| | | | 5 | 417 |

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