

**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](http://www.hzhg.de/menueservice)**

Rufen Sie uns an - Montag bis Freitag von 8 bis 14 Uhr  
**Tel. 040 60 60 11 57**



Name, Vorname

Adresse

**KW 24**

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
	BE	Kcal

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
	BE	Kcal

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
	BE	Kcal

**MO**  
8.6

Menü I: Vollkost				
<input type="checkbox"/>	<b>Bratwurst</b> mit Bratensoße, Mischgemüse und Kartoffeln	8/Sel/Sen	0	
		4/Ei/Glu/Milch/Soja/Senf/Süßholz	0	244
			0	7
			0	45
	<b>Fruchtjoghurt Waldfrucht</b>	Milch	2	96
			2	392

Menü II: Leichte Vollkost				
<input type="checkbox"/>	<b>Tomateneintopf</b> mit Fleischklößchen, Gemüwestreifen und Reis	Ei/Glu/Milch/Senf/Süßholz	0	
		Ei/Glu	1	47
		Sel	1	225
			0	32
	<b>Fruchtjoghurt Waldfrucht</b>	Milch	2	96
			4	401

Menü III: Vegetarisch				
<input type="checkbox"/>	<b>Penne Nudeln mit buntem Gemüse, Käse-Kräutersoße und Lauchzwiebeln</b>	Glu/Glu1	0	
			4	249
		1/Ei/Milch	0	43
			0	120
	<b>Fruchtjoghurt Waldfrucht</b>	Milch	2	96
			6	509

**DI**  
9.6

<input type="checkbox"/>	<b>Frikadelle mit Bratensoße, Petersilienkartoffeln dazu Bohnensalat</b>	Ei/Glu	0	
		1/Sel/SO2	0	180
			0	41
		1/Soja	2	124
	<b>Dessertbecher</b>	4/Milch	2	104
			4	449

<input type="checkbox"/>	<b>Seelachs gedämpft Fingermöhren Dijon Senfsoße und Petersilienkartoffeln</b>	Fi	0	
		Ei/Glu/Milch/Senf/Süßholz	0	63
		Ei/Glu	1	56
		1/Sel/Senf	1	113
	<b>Dessertbecher</b>	4/Milch	2	104
			4	336

<input type="checkbox"/>	<b>Veganes Thaicurry mit roten Linsen Gemüse und Jasminreis</b>		0	
			1	265
			1	101
			1	48
	<b>Dessertbecher</b>	4/Milch	2	104
			5	518

**MI**  
10.6

<input type="checkbox"/>	<b>Gulaschsuppe mit Kartoffelwürfel, Paprikawürfel und Champignons</b>	1/SO2	0	
			0	159
			1	58
			0	13
	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Milch	1	138
			2	367

<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenbrust mit Asia Gemüse, Curryrahmsoße und Jasminreis</b>		0	
		Ei/Glu/Milch/Senf/Süßholz	0	94
			1	47
			0	16
	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Milch	1	138
			2	293

<input type="checkbox"/>	<b>Bandnudeln mit Tomatensugo, Oliven, Kapern und Basilikum</b>	Ei/Glu/Glu1	0	
			4	251
			0	28
			0	56
	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Milch	1	138
			5	473

**DO**  
11.6

<input type="checkbox"/>	<b>Gyros Pfanne mit Tomatenreis, Tzatziki und Krautsalat</b>		0	
			0	194
		Milch	3	147
		2	1	118
	<b>Nachtisch</b>	Milch	1	98
			5	557

<input type="checkbox"/>	<b>Hackfleischbällchen in Käsesoße mit Broccoli und Gabelspaghetti</b>	Ei/Glu	0	
		1/Ei/Milch	1	171
			0	92
		Glu/Glu1	0	49
	<b>Nachtisch</b>	Milch	1	98
			2	410

<input type="checkbox"/>	<b>Bandnudeln mit Spinat, Walnüssen und Bärlauch dazu Gorgonzolasoße</b>	Ei/Glu/Glu1	0	
		Nach/Glu/Senf	4	251
			0	95
		1/Ei/Milch	0	
	<b>Nachtisch</b>	Milch	1	98
			5	444

**FR**  
12.6

<input type="checkbox"/>	<b>Fischschnitzel mit Kräuterbutter, rustikalen Karotten und Petersilienkartoffeln</b>	4/Ei/Glu/Glu1/Milch	0	
		Milch	1	150
			0	225
			1	57
	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>	Milch	2	130
			4	561

<input type="checkbox"/>	<b>Süßkart. Schupfnudeln mit Kürbiswürfeln, Schinkenstreifen und Kräutersoße</b>	Ei/Glu/Glu1/Glu1/Senf	0	
		1/Ei/Milch	5	288
		1/2/8	0	15
		Ei/Glu/Milch/Senf/Süßholz	0	67
	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>	Milch	2	130
			7	500

<input type="checkbox"/>	<b>Gnocchipfanne mit Zucchini, Tomate, Aubergine und Tomatensahnesoße</b>	Ei	0	
			8	507
		2/10/SO2	0	19
		Ei/Glu/Milch/Senf/Süßholz	0	6
	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>	Milch	2	130
			10	661

**SA**  
13.6

<input type="checkbox"/>	<b>Bunter Gemüseintopf mit Rindfleischwürfel und Gabelspaghetti</b>		0	
			0	50
		Glu/Glu1	0	85
			0	
	<b>Nachtischbecher</b>	4/Milch	4	208
			4	343

<input type="checkbox"/>	<b>Putengulasch mit Thymiansoße, Pariser Karotten und Spätzle</b>		0	
		Ei/Glu/Glu1/Glu1/Milch/Senf	0	104
			0	10
		Ei/Glu/Glu1	1	62
	<b>Nachtischbecher</b>	4/Milch	4	208
			5	384

<input type="checkbox"/>	<b>Backkäse "Athen" mit Tomaten-Olivenragout und Reis</b>	Glu/Milch	0	
			1	237
			0	49
			3	141
	<b>Nachtischbecher</b>	4/Milch	4	208
			8	635

**SO**  
14.6

<input type="checkbox"/>	<b>Deutscher Spargel mit Schinken, Sauce Hollandaise und Kartoffeln</b>	1/2	0	33
		Ei/Glu/Milch/Sel	0	103
			0	113
	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b>	4/Milch	2	200
			2	450

<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchensteak mit Rosmarinsoße, Broccoli-Möhrengem. und Wildreis</b>		0	
		Ei/Glu/Milch/Senf/Süßholz	0	123
			0	20
		Glu/Glu1	0	50
	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b>	4/Milch	2	200
			2	393

<input type="checkbox"/>	<b>Rote Linsensuppe mit Kokosmilch, Süßkartoffel und Fladenbrot</b>	1/4/Sel	0	
			3	279
			0	37
		1/Glu/Glu1/Milch/Senf/Süßholz	1	29
	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b>	4/Milch	2	200
			6	545

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, Nü3 Schalenfrüchte, Nü3 Walnüsse, Sel Sellerie, Sen Senf, Ses Sesam, So Soja, SO2 enthält Schwefeldioxid/sulfite  
( \* = Allergene können in Spuren enthalten sein)