

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

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



Name, Vorname

Adresse

**KW 31**

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

**MO**  
29.7

Menü I: Vollkost		Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
			BE	Kcal
<input type="checkbox"/>	<b>Schweinebraten</b> mit Bratensoße, Blumenkohl und Petersilienkartoffeln		0	167
		Soj/SO2	0	41
			0	65
			2	123
	<b>Fruchtjoghurt Erdbeer</b>	Mi	2	107
			4	503

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Menü II: Leichte Vollkost		Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
			BE	Kcal
<input type="checkbox"/>	<b>Kartoffelsuppe mit</b> Gemüwestreifen und Geflügelwürstchen		2	216
		Soj	0	32
		12/8	0	125
			0	
	<b>Fruchtjoghurt Erdbeer</b>	Mi	2	107
			4	479

Kreuzen Sie bitte Ihre Auswahl an

Menü III: Vegetarisch		Allergene/ Zusatzstoffe	Nährwerte	
			BE	Kcal
<input type="checkbox"/>	<b>Gemüsebrühe mit</b> Einlage, Kartoffelrösti mit Champignons in Rahm		0	16
		Ei/Glu/Mi/Sa/ Soj/Sel/SO2	3	318
		Mi	0	61
			0	
	<b>Fruchtjoghurt Erdbeer</b>	Mi	2	107
			5	502

**DI**  
30.7

<input type="checkbox"/>	<b>Leberkäs</b> mit Bratensoße, Paprikasauerkraut und Petersilienkartoffeln		0	239
		Soj/SO2	0	41
			0	46
			2	123
	<b>Nachtsch</b>	Mi	1	98
			3	547

<input type="checkbox"/>	<b>Seelachs gedämpft</b> mit Dillsoße, Blattsalat und Kartoffeln		0	63
		Fi	0	14
		Ei/Glu/Mi/Sa/ Soj/Sel/SO2	0	82
			2	144
	<b>Nachtsch</b>	Mi	1	98
			3	401

<input type="checkbox"/>	<b>Schupfnudelpfanne</b> mit Paprika, Zucchini, Zuckerschoten und Rahmsoße		6	331
		Ei/Glu/Mi/Sa/ Soj/Sel/SO2	0	29
			0	35
		Ei/Glu/Mi/Sa/ Soj/Sel/SO2	0	94
	<b>Nachtsch</b>	Mi	1	98
			7	588

**MI**  
31.7

<input type="checkbox"/>	<b>Bärlauchsuppe,</b> Kaiserschmarrn mit Zimtpflaumen		0	33
		Ei/Glu/Glu/Gl M/Mi/Sa/Soj/ Sel/SO2	7	554
			1	54
			0	
	<b>Buttermilchdessert</b> <b>Orange-Limette</b>	Mi	2	152
			10	793

<input type="checkbox"/>	<b>Reispfanne mit</b> Hähnchenstreifen, Gemüse und Pilzrahmsoße		3	177
			0	61
			1	63
		Ei/Glu/Mi/Sa/ M/Sel/SO2	1	86
	<b>Buttermilchdessert</b> <b>Orange-Limette</b>	Mi	2	152
			7	539

<input type="checkbox"/>	<b>Sellerieschnitzel</b> mit Bratensoße, Broccoli und Kartoffelpüree		2	145
		Soj/SO2	0	41
			0	49
		Ei/Glu/Mi/Sa/ M/Sel/SO2	3	178
	<b>Buttermilchdessert</b> <b>Orange-Limette</b>	Mi	2	152
			7	566

**DO**  
1.8

<input type="checkbox"/>	<b>Schweineschnitzel</b> mit Jägersoße und Kartoffeln		1	212
		Mi	0	53
			2	144
			0	
	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Mi	1	138
			4	546

<input type="checkbox"/>	<b>Rührei mit</b> Kräutersauce, Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree		0	139
		Ei	0	20
		Ei/Glu/Glu/Gl M/Mi/Sa/Soj/ n/Sel	1	53
		Ei/Glu/Mi/Sa/ M/Sel/SO2	3	178
	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Mi	1	138
			5	527

<input type="checkbox"/>	<b>Pilzcremesuppe,</b> Pellkartoffeln mit Butter und Schnittlauch Quark		1	83
			4	219
		Mi	0	75
		Mi	0	186
	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Mi	1	138
			6	700

**FR**  
2.8

<input type="checkbox"/>	<b>Forelle pochiert</b> mit Gurkensalat, Sahnemeerrettich und Kartoffeln		0	138
		Fi	1	119
		Mi/SO2	0	128
			2	144
	<b>Dessert</b>	Mi	2	104
			5	633

<input type="checkbox"/>	<b>Spaghetti</b> "Bolognese" mit Parmesan		4	262
		Glu/Glu	0	111
		Ei/Glu/Mi/Sa/ M/Mi/Sa/Soj/ n/Sel	0	98
		1/Ei/Mi	0	
	<b>Dessert</b>	Mi	2	104
			6	575

<input type="checkbox"/>	<b>Gemüsecurry mit</b> Broccoli, Paprika Kürbis, Zuckerschoten und Duftreis		0	106
			0	38
			1	38
			3	139
	<b>Dessert</b>	Mi	2	104
			6	425

**SA**  
3.8

<input type="checkbox"/>	<b>Linseneintopf</b> mit Kartoffel-und Kasslerwürfeln		3	362
		13/Ei/Glu/Mi/ Soj/Sel/SO2	1	51
			0	91
			0	
	<b>Obstsalat</b>		1	41
			5	546

<input type="checkbox"/>	<b>Tafelspitz</b> mit Roter Bete, Meerrettichsoße und Kartoffeln		0	125
			0	25
		2/Mi/SO2	0	125
			2	144
	<b>Obstsalat</b>		1	41
			3	460

<input type="checkbox"/>	<b>Tagliatelle</b> mit Spinat, Fetakäse und Käsesoße		3	204
		Soj	0	20
		Mi	0	135
		Sa/Sel/Ei/Mi	0	108
	<b>Obstsalat</b>		1	41
			4	507

**SO**  
4.8

<input type="checkbox"/>	<b>Hamburger</b> Gurkenfleisch mit Senfgurken und Kartoffeln		0	125
			0	27
		25/Soj	0	7
			2	144
	<b>Haselnusspudding</b>	Mi	2	153
			4	456

<input type="checkbox"/>	<b>Thai-Curry mit</b> Putenbruststreifen, Broccoli und Jasminreis		0	53
			0	119
			0	49
			3	152
	<b>Haselnusspudding</b>	Mi	2	153
			5	527

<input type="checkbox"/>	<b>Eierfrikassee mit</b> Champignons, Erbsen und Spargel, dazu Reis		0	161
		Soj	0	28
			1	50
			3	141
	<b>Haselnusspudding</b>	Mi	2	153
			6	534