

**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 32**

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**  
5.8

Menü I: Vollkost					
<input type="checkbox"/>	<b>Bratwurst</b> mit Bratensoße, Kaisergemüse und Kartoffeln	23/8Ser/Sen 4Ei/Glu/Milch/Sen/SO2/Glu	0 0 1 2	358 7 80 144	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtjoghurt Waldfrucht</b>	Milch	2 5	107 695

Menü II: Leichte Vollkost					
<input type="checkbox"/>	<b>Frühlingseintopf mit Geflügelklößchen, Eierstich und Gabelspaghetti</b>	Ei EiMilch Glu/Glu	0 0 2	50 118 49 142	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtjoghurt Waldfrucht</b>	Milch	2 4	107 466

Menü III: Vegetarisch					
<input type="checkbox"/>	<b>Penne Nudeln mit buntem Gemüse, Käse-Kräutersoße und Lauchzwiebeln</b>	Glu/Glu 14/8EiMilch	4 0 0	249 39 169	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtjoghurt Waldfrucht</b>	Milch	2 6	107 574

**DI**  
6.8

<input type="checkbox"/>	<b>Leberkäs mit Speckkartoffelsalat und Coleslaw</b>	10 15Sen 14/8Ei/Sen/SO2	0 2 1 0	239 238 228 0	
	<input type="checkbox"/>	<b>Dessertbecher</b>	4Milch	2 5	104 808

<input type="checkbox"/>	<b>Spaghetti mit Käsesoße und Schinkenwürfel</b>	Glu/Glu 15EiMilch 10/8	4 0 0 0	262 94 107 0	
	<input type="checkbox"/>	<b>Dessertbecher</b>	4Milch	2 6	104 566

<input type="checkbox"/>	<b>Gemüseintopf mit Eierstich und Nudeln</b>	EiMilch Glu/Glu	0 0 3 0	47 49 189 0	
	<input type="checkbox"/>	<b>Dessertbecher</b>	4Milch	2 5	104 389

**MI**  
7.8

<input type="checkbox"/>	<b>Frikadelle mit Bratensoße, Linsengemüse und Petersilienkartoffeln</b>	Ei/Glu Sen/SO2 10/2Ser	0 0 2 2	180 41 210 123	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Milch	1 5	138 691

<input type="checkbox"/>	<b>Fischfilet gedämpft mit Asia Gemüse, Curryrahmsoße und Jasminreis</b>	Fi 14/8Ei/Glu/Glu 10/Glu/Milch/Sen/SO2	0 1 0 3	79 47 25 152	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Milch	1 5	138 440

<input type="checkbox"/>	<b>Kartoffelcremesuppe, Rohkostsalat mit Schafskäse, Oliven und Dressing</b>	Ei/Glu/Milch/Sen/SO2 15Ei/Glu/Glu/Sen 11Milch	1 2 0 1	65 190 159 290	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtquark Kirsch</b>	Milch	1 5	138 842

**DO**  
8.8

<input type="checkbox"/>	<b>Gyros - Pfanne mit Tomatenreis dazu Tzatziki und Krautsalat</b>	Ei/Glu Milch 2	0 3 1 1	194 147 118 107	
	<input type="checkbox"/>	<b>Nachtisch</b>	Milch	1 6	98 664

<input type="checkbox"/>	<b>Hackfleischbällchen mit Rahmsoße, Broccoli und Gabelspaghetti</b>	Ei/Glu Ei/Glu/Milch/Sen/SO2 Glu/Glu	1 0 0 2	171 94 49 142	
	<input type="checkbox"/>	<b>Nachtisch</b>	Milch	1 4	98 555

<input type="checkbox"/>	<b>Rote Linsensuppe mit Kokosmilch, Süßkartoffeln und Fladenbrot</b>	14/8Sen Ei/Glu/Glu/Sen 11Milch	3 0 1 3	280 37 29 212	
	<input type="checkbox"/>	<b>Nachtisch</b>	Milch	1 8	98 655

**FR**  
9.8

<input type="checkbox"/>	<b>Fischschnitzel mit Kräuterbutter, rustikalen Karotten und Petersilienkartoffeln</b>	4Ei/Glu/Glu/Sen Milch	1 0 1 2	150 228 57 123	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>	24Milch	2 6	130 687

<input type="checkbox"/>	<b>Chef-Salat mit Kochschinken, Ei Käse, Dressing und Baguette</b>	10/8Ei Milch/Sen Glu/Glu/Milch/Sen	0 0 1 3	13 114 422 163	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>	24Milch	2 6	130 842

<input type="checkbox"/>	<b>Gnocchipfanne mit Zucchini, Tomate und Aubergine, dazu Tomatensahnesoße</b>	210/902 Ei/Glu/Glu/Sen Milch	10 0 0 1	567 19 5 52	
	<input type="checkbox"/>	<b>Fruchtjoghurt Mango</b>	24Milch	2 13	130 773

**SA**  
10.8

<input type="checkbox"/>	<b>Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelwürfeln und Kasslerwürfel</b>	Ei/Glu/Milch/Sen/SO2 10	1 1 0 0	75 51 91 0	
	<input type="checkbox"/>	<b>Nachtischbecher</b>	4Milch	4 6	208 425

<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenkeule mit Rosmarinsoße, Broccoli-Möhrengem. und Wildreis</b>	Ei/Glu/Milch/Sen/SO2 Glu/Glu	0 0 0 3	251 21 50 168	
	<input type="checkbox"/>	<b>Nachtischbecher</b>	4Milch	4 7	208 697

<input type="checkbox"/>	<b>Backkäse "Athen" mit Tomaten-Olivenragout und Reis</b>	Glu/Milch	1 0 3 0	237 50 141 0	
	<input type="checkbox"/>	<b>Nachtischbecher</b>	4Milch	4 8	208 636

**SO**  
11.8

<input type="checkbox"/>	<b>Rinderleber mit Apfel und Zwiebel, Brechbohnen und Kartoffelpüree</b>	Ei/Glu/Glu/Sen/SO2 Ei/Glu/Glu/Sen/SO2	0 0 0 3	137 28 31 178	
	<input type="checkbox"/>	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b>	4Milch	2 5	200 575

<input type="checkbox"/>	<b>Putengulasch mit Thymiansoße, Pariser Karotten und Krokette</b>	Ei/Glu/Glu/Sen/SO2 Milch	0 0 1 2	104 10 61 170	
	<input type="checkbox"/>	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b>	4Milch	2 5	200 545

<input type="checkbox"/>	<b>Spätzlepfanne mit Röstzwiebeln, Pilzragout und Lauchzwiebeln</b>	Ei/Glu/Glu/Sen/SO2 Glu/Glu	3 0 0 0	249 30 72 11	
	<input type="checkbox"/>	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b>	4Milch	2 5	200 561

1 mit Konservierungsstoff, 2 mit Antioxidationsmittel, 3 mit Geschmacksverstärker, 4 mit Farbstoff, 6 mit Zucker und Süßungsmitteln, 8 mit Phosphat, 10 geschwefelt, 11 geschwärzt, Ei Eier, Fi Fisch, Glu Gluten, Glu1 Weizen, Dinkel, Weizenarten, Glu3 Gerste, Mi Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse, Nü Schalenfrüchte, Sel Sellerie, Sen Senf, Ses Sesam, So Soja, SO2 enthält Schwefeldioxid/sulfite (' = Allergene können in Spuren enthalten sein)