

## Einfache Bestellung

Sie können Ihre Bestellung per Telefon, per Fax, per E-Mail oder direkt beim Fahrer abgeben. Es entsteht keine Vertragsbindung oder Mindestabnahmemenge, schon ab einem Menü Frei-Haus Lieferung. Ihre Bestellung geben Sie bitte bis 13:00 Uhr am Vortag der Lieferung ab.

## Zuverlässige, pünktliche Lieferung

Unsere Fahrer beliefern Sie zuverlässig von Mo.-So. mit frisch gekochten, warmen Menüs, schon ab einem Menü frei Haus. An Wochenenden und Feiertagen erhalten Sie zu allen Menüs ein leckeres Dessert.

## Einfache und transparente Bezahlung

Sie als Kunde können zwischen Abbuchung, Überweisung wählen. Sollten Sie Fragen haben, steht Ihnen unser freundliches Team zur Verfügung unter 02921/36 20 420.

Zum Kochen unserer Menüs verwenden wir nur frische Zutaten von ausgewählten Lieferanten, um unseren Kunden nur das Beste zu bieten. Dabei verzichten wir auf Geschmacksverstärker und Farbstoffe.

Wir liefern frei Haus von Montag bis Sonntag und das 365 Tage im Jahr. Schon ab einem Menü ohne jegliche Vertragsbindung ab 8,25 €.

## Gutes muß nicht teuer sein.

	Mo-Fr	Sa-So-Feiert.
Menü I	8,25 €	-----
Menü II	8,25 €	8,25 €
das Leichte	8,25 €	8,25 €
Vegetarisch	8,25 €	8,25 €
Extra Menü <sup>1)</sup>	9,79 €	9,79 €
Kaltmenü	8,25 €	-----
Salat	8,25 €	-----
kl. Salat <sup>2)</sup>	2,20 €	-----
Nachttisch <sup>3)</sup>	1,95 €	-----

<sup>1)</sup> Preis kann bei Sonderwochen abweichen. Bitte den aktuellen Speiseplan beachten!

<sup>2)</sup> Kleinen, frischen Salat zu jedem Menü Mo. -Fr. zusätzlich bestellen (nur in Verbindung mit einer Menübestellung!) Preis kann saisonbedingt abweichen.

<sup>3)</sup> Nachttisch zu jedem Menü von Mo – Fr zusätzlich bestellen (nur in Verbindung mit einer Menübestellung)

Unsere Preise sind inklusive Lieferung und MwSt. (Firmenpreise auf Anfrage).

Kostenfreie Lieferung schon ab einem Menü.

Keine Vertragsbindung, Mindestbestellzeitraum und Mindestbestellmenge.

Auch an Sonn- und Feiertagen beliefern wir Sie mit einem leckeren warmen Menü.

An Wochenenden und Feiertagen liefern wir immer ein leckeres Dessert.

Unsere Menüs sind zum sofortigem Verzehr bestimmt.

Menüs aus dem Haus der frisch menü GmbH

# Ihre MITTAGSZEIT

...unsere Zeit für Sie

Neben leckeren Menüs bieten wir ihnen natürlich auch unsere anderen Dienstleistungen an. Zum Beispiel:

- Pflege & Wundversorgung
- Pflegeberatung
- Betreuungsdienste
- Haushaltsnahe Dienste
- 24-Stunden-Betreuung
- Menüservice

Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-Mail. Wir freuen uns auf Sie und beraten Sie gerne umfassend.

**Tel.: 02921 - 3620420**

**Fax: 02921 - 362049400**

## Diakoniestation

Diakoniestation Soest · Wiesenstraße 15 · 59494 Soest

E-Mail: [diakoniestation@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:diakoniestation@diakonie-ruhr-hellweg.de)

Wir bringen Ihnen das Menü Ihrer Wahl direkt auf den Tisch. Sie erreichen uns montags - donnerstags von 8:00 bis 15:45 Uhr, freitags von 8:00 Uhr - 13:00 Uhr. Bestellungen und Änderungen nehmen wir bis 13:00 Uhr für den folgenden Tag entgegen (Freitags bis 12:00 Uhr für samstags, sonntags und montags).

## Diakoniestation

Soest

## Ihre Speisekarte



ab **8.25€**  
inklusive Lieferung



**7 Tage die Woche, 365 Tage im Jahr**

Diakoniestation Soest · Wiesenstraße 15 · 59494 Soest

E-Mail: [diakoniestation@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:diakoniestation@diakonie-ruhr-hellweg.de)

# MENÜPLAN 10.08. bis 16.08.2020 | 33. Woche

**Hinweis:** Umstellung auf **umweltfreundliche Verpackung** in der Menülinie **Salat und Kaltmenü** (teilweise)!

	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Vegetarisch	Extra Menü	Kaltmenü	Salat	Beilagen-Salat	Nachtisch
<b>Montag, 10.08.2020</b>	<b>Brechbohneintopf</b> mit Wiener Würstchen <sup>(2+6)</sup> und Kartoffelstücken <sup>(6)</sup> , dazu 1 Brötchen <b>68,7 KH*</b> A, F, I, J	<b>Gegrillter Schweinekamm</b> auf Schnittbohngemüse, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>42,2 KH*</b> A, G, I, J	<b>Geflügelpfanne</b> Hähnchenbruststreifen in Sahnesauce mit Brokkoli und Champignons, dazu Butterreis, Dessert <b>72,2 KH*</b> A, F, G, I	<b>Blumenkohlaufauf</b> Blumenkohl mit Käse <sup>(1+2)</sup> überbacken, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>68,4 KH*</b> A, C, G, I	<b>NEU Grillteller „Balkan“</b> mit Bratwürstchen <sup>(2+7)</sup> , Cevapcici und Spießbraten, dazu Pustasauce und Djuvecreis, Dessert <b>76,0 KH*</b> A, C, F, I, J	<b>Gegrillter Gyros-Braten</b> auf Krautsalat <sup>(2+4)</sup> , dazu Brötchen und Butter <b>54,8 KH*</b> A, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing Brötchen <b>41,4 KH*</b> A, C, G, J	<b>Mixsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing <b>7,9 KH*</b> C, G, J	<b>Weberli</b> <b>33,1 KH*</b> A, C, G, H
<b>Dienstag, 11.08.2020</b>	<b>Schlemmerpfanne vom Schwein</b> mit Paprikawürfeln, Mais und Spiralnudeln, Dessert <b>80,7 KH*</b> A, F, I	<b>Deftige Krautroulade</b> mit Hackfleischfüllung, dazu Holländische Sauce und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>54,2 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Gegrillte Hähnchenkeule</b> in Geflügelsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>70,0 KH*</b> A, G, I	<b>NEU Kartoffelröstinchen</b> (extra verpackt) dazu Frühlingsquark (extra verpackt), Dessert <b>40,4 KH*</b> A, C, G, I	<b>Jägerschnitzel</b> mit Kräuterchampignonsauce und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert <b>70,1 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Bunter Eiersalat</b> mit gekochtem Schinken, dazu Brötchen und Butter <b>43,9 KH*</b> A, C, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing Brötchen <b>41,4 KH*</b> A, C, G, J	<b>Eisbergsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing <b>7,9 KH*</b> C, G, J	<b>Russischer Zupfkuchen</b> <b>46,5 KH*</b> A, C, G
<b>Mittwoch, 12.08.2020</b>	<b>Penne Nudeln</b> mit Rindfleisch-Kräuter-Sauce, dazu geriebener Hartkäse <sup>(1+2)</sup> , Dessert <b>84,2 KH*</b> A, F, G, I	<b>Seelachs<sup>(5)</sup> natur</b> mit Senfsauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> und grüner Bohnensalat <b>52,0 KH*</b> A, G, I, J	<b>Zarte Fleischklopse</b> auf Möhrengemüse, dazu Kartoffelpüree, Dessert <b>57,4 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Eieromelett</b> auf Rahmchampignons, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>42,4 KH*</b> A, C, G, I	<b>Hirschragout</b> in Wacholderrahmsauce, dazu Apfelrotkohl <sup>(4)</sup> und frische Kartoffelklöße, Dessert <b>64,3 KH*</b> A, G, I, L	<b>Fruchtpokal „Jogger Becher“</b> Sahnequark mit Früchten, Schokoladenraspeln und Bircher Müsli <b>80,4 KH*</b> A, G, H	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing Brötchen <b>41,4 KH*</b> A, C, G, J	<b>grüner Bohnensalat</b> <b>5,3 KH*</b>	<b>Vanillequark</b> <b>26,8 KH*</b> G
<b>Donnerstag, 13.08.2020</b>	<b>Thüringer Linseneintopf</b> mit Rotwurst <sup>(2)</sup> , Wiener Würstchen <sup>(2+6)</sup> , Speck <sup>(3)</sup> und Zwiebeln, dazu 1 Brötchen <b>89,5 KH*</b> A, F, G, I, J	<b>Schweinegeschnetzeltes</b> in Rahmsauce mit Champignons, dazu Spiralnudeln <b>70,4 KH*</b> A, F, G, I	<b>Kalbfleischbällchen</b> in Rahmsauce mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree <b>63,9 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Bunter Paprikatopf</b> Paprikastreifen in rahmiger Tomatencreme, dazu Vollkornnudeln, Dessert <b>88,8 KH*</b> A, F, G, I	<b>Fischfiletstreifen im Backteig</b> mit Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , dazu Eisbergsalat mit Dressing, Dessert <b>62,5 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b> mit Nudelsalat <sup>(2)</sup> , Salatgarnitur und Senf <b>76,1 KH*</b> A, C, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing Brötchen <b>41,4 KH*</b> A, C, G, J	<b>Eisbergsalat</b> mit Sauerrahm-Dressing <b>7,9 KH*</b> C, G, J	<b>Mohn-Streuselkuchen</b> <b>47,6 KH*</b> A, C, G
<b>Freitag, 14.08.2020</b>	<b>Heringsfilet<sup>(5)</sup> „Matjes Art“</b> pikante Tunke mit Äpfeln, Zwiebeln, Gurken und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> (getr. verp.) <b>53,0 KH*</b> A, C, G, J	<b>Järgulasch vom Schwein</b> mit Champignons und Kräutern, dazu Kartoffelklöße und Selleriesalat mit Saure Sahne <b>93,4 KH*</b> A, G, I, L	<b>Mildes Hähnchencurry</b> mit Gemüsestreifen und Basmatireis <b>64,8 KH*</b> A, F, G, I	<b>Apfelstrudel<sup>(6)</sup></b> mit warmer Vanillesauce <sup>(1)</sup> , Obst <sup>(8)</sup> <b>102,6 KH*</b> A, C, G	<b>Frankfurter Rippchen</b> mit Sauerkraut <sup>(3)</sup> und Zwiebelpüree, dazu Senf, Dessert <b>44,3 KH*</b> G, I, J	<b>Hausmacher Fleischsalat</b> mit 2 halben Eiern, dazu Brötchen und Butter <b>39,6 KH*</b> A, C, G, J	<b>Thunfischsalat</b> Thunfisch auf frischen Salaten der Saison, dazu Sauerrahm-Dressing Brötchen <b>41,4 KH*</b> A, C, G, J	<b>Selleriesalat</b> mit Saure-Sahne <b>4,3 KH*</b> G	<b>Apfelkuchen</b> <b>34,2 KH*</b> A, C, G, H
<b>Samstag, 15.08.2020</b>	<b>Kassler<sup>(3)</sup></b> auf Wirsinggemüse <sup>(3)</sup> , dazu Kartoffelpüree, Dessert <b>46,2 KH*</b> A, G, I	<b>Altdeutsche Graupensuppe</b> mit Krakauer Würstchen <sup>(2)</sup> und feinem Gemüse, Dessert <b>53,2 KH*</b> A, F, I, J	<b>Schupfnudel-Gemüsepfanne</b> in Butter gebraten, dazu Sahnesauce, Dessert <b>75,8 KH*</b> A, C, F, G, I	<b>Kaninchenkeule</b> mit Rahmsauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>50,9 KH*</b> A, F, G, I, J	<p>Die Menüs werden am Tag der Auslieferung frisch gekocht und sind zum <b>sofortigen Verzehr</b> bestimmt. Die TK-Auslieferung erfolgt <b>ohne Salatbeilage</b>.</p> <p><b>Allergene:</b> A = Gluten; B = Krebstiere; C = Eier; D = Fisch; E = Erdnüsse; F = Soja; G = Laktose; H = Schalenfrüchte; I = Sellerie; J = Senf; K = Sesamsamen; L = Schwefeldioxid; M = Lupinen; N = Weichtiere <b>Zusatzstoffe:</b> 1 = mit Farbstoff; 2 = mit Konservierungsstoff; 3 = mit Nitritpökelsalz; 4 = mit Süßungsmittel; 5 = kann Gräten enthalten; 6 = mit Antioxidationsmittel; 7 = mit Phosphat; 8 = gewachst</p>		<p><b>Änderungen vorbehalten!</b> Nährwertangaben entnehmen Sie bitte unserer Internetseite: <a href="http://www.frisch-menü.de">www.frisch-menü.de</a></p> <p>EU-Zulassungs-Nr. HE 30376 * Kohlenhydrat-Berechnung (KH) bezieht sich auf das Menü ohne Dessert in Gramm (g).</p>		
<b>Sonntag, 16.08.2020</b>	<b>Geflügelhackbraten</b> mit Sauce, dazu Erbsengemüse und Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>70,8 KH*</b> A, C, G, I, J	<b>Rahmgulasch vom Rind</b> mit Erbsengemüse, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>77,7 KH*</b> A, F, G, I	<b>Gemüse-Knusper-Frikadelle</b> mit Holländischer Sauce, dazu Salzkartoffeln <sup>(6)</sup> , Dessert <b>76,4 KH*</b> A, C, G, I	<b>Herzhafter Krustenbraten</b> in deftiger Sauce, dazu Thüringer Klöße und Eisbergsalat mit Dressing, Dessert <b>86,6 KH*</b> A, C, G, I, J, L	<p>Bestellannahme: Mo. – Do. von 8:00 bis 13:00 Uhr · Fr. bis 12:00 Uhr</p> <p><b>Tel.: 0 29 21/3 62 04 20</b></p> <p><b>Fax: 0 29 21/3 62 04 94 00</b></p>				

