Gesunde Ernährung mit Ihrer Volkssolidarität

"Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein essentie les Gut und wichtig für unser Wohlbefinden und unsere Fitnes Es geht nicht ums bloße Satt-Werden, es geht um Frisch Genuss, Nährstoffe und um Vitamine"

Unser Ziel ist es, Ihnen jeden Tag eine abwechslungsreiche Auswa an selbstgekochten Gerichten anzubieten, die nach den Grundsätz der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) sorgfältig ausgewäl und fachgerecht zubereitet werden. Unser Zusatzangebot unterstüt die wichtige tägliche Versorgung von Nährstoffen und Vitaminen.





Bäckertüte 5,00€

Bäckertüte aus Dresdner Handwerkskunst mit der Bestellung von Montag bis Freitag Genießen Sie die frischen Backwaren für Ihr " ndividuelles Frühstück oder für Ihr Abendbrot ınd stärken Sie damit Ihre Ballaststoffzufuhr"



Ein super Fang! Bestellung jeden Mittwoch "lecker und reich an Eiweiß und Omega 3 Fettsät



Obsttüte der Saison 4,60€ ≥

Vitaminreiche Obsttüte der Saison mit der Bestellung für Montag, Mittwoch und Freitag

"mit vielfältigen Vitaminen und Nährstoffen täglich gut versorgt"

Gemüsetüte der Saison 4,60€

Vitaminreiche Gemüsetüte der Saison mit der Bestellung für Dienstag und Donnerstag "mit vielfältigen Vitaminen und Nährstoffen täglich gut versorgt"



Nutzen Sie für die Bestellung eines unserer Zusatzangebote unseren stellabschnitt mit dem jeweiligen Piktogramm. Gern berät Sie auch uns kompetentes Team unter 0351 50 10134





Täglich gut versorgt in Dresden

KW 17

Tel.: 0351 - 50 10 134 Fax: 0351 - 50 10 201

Nutzen Sie auch unsere Möglichkeit zur Online-Bestellung essen@volkssoli_dresden de



Kalenderwoche: 17

1	Hausmannskost	2	Hausmannskost	3	Hausmannskost	4	5	Vegetarische Küche	6	Kräftig & Deftige Küche	7	Abendbrot	0	Nachtisch	Menü 1 2 3 4 5 6 7
t L	"sächsische Art" 4 Hackbällchen in Rahmsoße mit Rahmporree und		"Eintopfküche" Pichelsteiner Gemüseeintopf mit Rindfleisch A.M.J.5.4.3	<u> </u>	"Frisch & Lecker" 4 Quarkkeulchen mit Zucker A.AI. G. 3. 9	4		mit Informationen für Diabetiker Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese A.A2, J		mit Informationen für Diabetiker Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln D. G. J. K	′	"Vielfältig & Frisch" Lyoner mit Paprika, Honig-Schinken- Leberwurst, Klosterkäse-Weichkäse, Matjeshäckerle, dazu Butter, Brot und Garnitur A.A1.A2.A3.A4.G.J.K.E.4.7, 11,3.2	0	"schlemmen & genießen" Fruchtiges Apfelmus an	Mo
5,75€ 7276		5,65€ 7102	Deftimen	6,50€ 7110	Cuillfinghfilet		9,15€ 4552	2220 kJ 12,7 ft 1,4 gs.ft 6,1 BE 73,5 kh 527 kcal 25,3 ew 5,1 sa Zwetschgenknödel	10,38€ 4419	1355 kJ 8,5 ft 3,5 gs.ft 2,7 BE 32,0 kh 322 kcal 26,0 ew 3,6 sa Schwäbisches Linsengericht	4,30€ 8300	Schlackwurst, Kochschinken,	1,10€ 9001		1 2 3 4 5 6 7
5	Bratwurst in Bratensoße dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree A. J. K. 7. 3. 2		Deftiger Erbseneintopf mit 1 Bockwurst A.M.J.5,7,1,3,2		Grillfischfilet mit Käsesoße, dazu Gartengemüse und Reis			mit Vanillesoße dazu fruchtiges Pflaumenkompott (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart) ^{C.A.G.9}	3	mit Saitenwürstchen vom Schwein und Spätzle ^{C, A, A1, J, 3, 16}		Räucherkäse-Schnittkäse, Weißkraut-Möhren-Salat, dazu Butter, Brot und Garnitur A.A1,A2,A3,A4,G,M,K,4,7,1,3,2		Birnenkompott mit Schokosoße [©]	Di 1 2 3 4 5 6 7
5,75€ 7032		5,65€ 7156		6,50€ 7078			9,52€ 4524	1928 kJ 19,5 ft 8,6 gs.ft 5,0 BE 59,9 kh 460 kcal 8,6 ew 0,9 sa	9,63€ 4365	3329,0 kJ 33,0 ft 9,6 gs.ft 5,8 BE 85,0 kh 794 kcal 35,0 ew 5,8 sa	4,30€ 8301		1,10€ 9015		23.04.
	Kräuter-Champignon- Pfanne mit Knöpfli ^{C,A, A1, A4, G, F}		Königsberger Kohlrabieintopf mit Fleischklößchen CA.G.J.F.5.3		Gebratene Schweinerippchen in Bratensoße mit Sauerkraut und Petersilienkartoffeln A.K.3.2		· To	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse "Leipziger Allerlei" und Stampfkartoffeln ^{C,A, G, J}		Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln D.A.G.J		Mortadella mit Champignons, Mettwurst, Frischkäse Philadelphia, Obst der Saison, dazu Butter, Brot und Garnitur A,A1,A2,A3,G,F,7,1,3,2		Sauerkirsch Kompott	Mi 1 2 3 4 5 6 7
5,75€ 7189		5,65€ 7313		6,50€ 7038			9,47€ 4554	2214 kJ 30,1 ft 8,2 gs.ft 3,1 BE 37,7 kh 531 kcal 22,4 ew 4,2 sa	10,75€ 4465	1722 kJ 12,0 ft 4,9 gs.ft 3,8 BE 45,9 kh 409 kcal 25,0 ew 6,0 sa	4,30€ 8245		1,10€ 9043		24.04.
5,75€ 7065	Nierchen "pikant" mit Pariser Karotten und Kartoffelpüree A.G.M.K.1, 11, 2	5,65€ 7067	Sächsische Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen	6,50€ 7113	Hähnchenbruststrei- fen in Tomatenrahm dazu Erbsen und Kartoffeln		9,90€ 4580	Champignons in Rahmsoße dazu Serviettenknödel ^{C, A, G, J} 2231 kJ 29,2 ft 13,0 gs.ft 4,2 BE 50,5 kh 534 kcal 14,6 ew 4,0 sa	9,95€ 4085	Klassischer Leberkäse vom Rind und Schwein mit kräftiger Bratensoße, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln G.J.K.3.15 2668 kJ 45,0 ft 14,8 gs.ft 3,0 BE 37,3 kh 642 kcal 15,9 ew 6,7 sa	4,30€ 8257	Kaßleraufschnitt, Partyfrikadelle, Elbländer-Schnittkäse, Frischer Gurkensalat mit Dill, dazu Butter, Brot und Garnitur A, A1, A2, A3, G, M, F, 7, 3, 2	1,10€ 9068	Cremiger Apfelquark ∘	Do 1 2 3 4 5 6 7
	Gabelspaghetti mit Kräuter-Frischkäse-Soße		Ungarischer Kesselgulasch A.M.5.3		Paniertes Kabeljaufilet mit Gemüsesoße und Reis		4300	Herzhafte Käsespätzle mit Röstzwiebelgarnitur ^{c,A, G}	4065	Drei Hackröllchen "Balkan-Art" vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln	023 1	Dillsaftfleisch, Leberkäse, Schmelzkäse Champignon, Thunfischsalat, dazu Butter, Brot und Garnitur A.A1,A2,A3,A4, G, J, KF, 4, 7, 1, 11, 3, 2		Bunter Fruchtcocktail ³	Fr 1 2 3 4 5 6 7
5,75€ 7083		5,65€ 7101		6,50€ 7234			9,63€ 4558	3274 kJ 34,0 ft 19,9 gs.ft 6,9 BE 82,6 kh 781 kcal 33,3 ew 5,7 sa	9,63€ 4024	2423 kJ 25,0 ft 5,8 gs.ft 3,1 BE 64,0 kh 578 kcal 20,0 ew 5,5 sa	4,30€ 8288		1,10€ 9005		26.04.
E 75.6	Krautnudeln mit gebratenen Jagdwurstwürfeln A.K.7.3,2	E 05.6	Bunter Reiseintopf mit Rindfleisch A.J.4.3	C 50.6	Putenstreifen in Senfrahm mit Honigmöhren und Kartoffelpüree C.A.G.K.F.2						4 20 6	Hausgemachter Kartoffelsalat mit 2 Wienern, dazu Senf und eine kleine Garnitur ^{C, A, K, 7, 1, 11, 3, 9, 2}	4.40.6	Stracciatella Dessert	Sa 1 2 3 4 5 6 7
5,75€ 7127		5,65€ 7025		6,50€ 7153							4,30€ 8006		1,10€ 9063		27.04.
5,75€	Feiner Hackbraten mit Rahmsoße dazu Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln	5,65€	Linsteneintopf süß-sauer mit Blutwurst A.M.J.K.5.4.3	6,50€	Gepökelte Rinderzunge in Rotweinsoße mit Erbsengemüse und Petersilienkartoffeln A. G. M. F. 3. 2						4,30€	Kochschinken, Putenbrust mit Paprika, Emmentaler, Käsesalat mit Ananas, dazu Butter, Brot und Garnitur A. A1, A2, G, J, K, 4, 7, 1, 3, 2	1,10€	Ananas Kompott	So 1 2 3 4 5 6 7
5,75€ 7144		7039		7164							8239		9055		28.04.

Nährwertangaben pro Portion kj=Kilojoule gs.fr=gesättigteFette ew=Eiweiß BE=Broteinheiten

ft = Fett kh = Kohlenhydrate sa = Salz

Allergene: A Weizen, A1 Roggen, A2 Glutenhaltiges Getreide - Gerste, A3 Hafer, B Krebstiere und Krebserzeugnisse, C Eier und Eiererzeugnisse, D Fisch und Fischerzeugnisse, E Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, F Soja und Sojaerzeugnisse, G Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose), H Haselnüsse sowie daraus nergestellte Erzeugnisse, H Wallnüsse, H2 Cashewnüsse H3 Pekannüsse, H4 Paranüsse, H5 Macadamianüsse, H6 Pistazien, H7 Mandeln, J Sellerie und Sellerieerzeugnisse, K Senf und Senferzeugnisse, L Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse, M Schwefeldioxid und Sulfide (bei einer Konzentration von mi. 10mg/kg oder L N Lupinen und Lupinenerzeugnisse, O Weichtiere und Weichtiererzeugnisse BE = Menüs mit Informationen für Diabetiker (mit BE-Angaben und höchstens 35g Fett) Änderungen vorbehalten

Hinweis zur Bestellung: Bestellungen sind ab 20.12.2021 nur bis 11 Uhr des Vortages möglich, für den Montag nach dem Wochenende müssen diese bis Freitag 11 Uhr erfolgen, für Feiertag bis zum Werktag vorher 11 Uhr Reklamationen sind nur am gleichen Tag bis 14:00 Uhr möglich

Anzahl neben der entsprechenden Straße, Hausnr. Abbildung im Bestellschein ein.

lhre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken erhöben, verarbeitet und genutzt. Der Verarbeitung oder Nutzung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen.