

Gesunde Ernährung mit Ihrer Volkssolidarität

„Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist ein essentielles Gut und wichtig für unser Wohlbefinden und unsere Fitness. Es geht nicht ums bloße Satt-Werden, es geht um Frische, Genuss, Nährstoffe und um Vitamine“

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



Bäckertüte 5,50€  
Bäckertüte aus Dresdner Handwerkskunst mit der Bestellung von Montag bis Freitag  
„Genießen Sie die frischen Backwaren für Ihr individuelles Frühstück oder für Ihr Abendbrot und stärken Sie damit Ihre Ballaststoffzufuhr“

1 Doppel-Fischbrötchen 4,80€

Mittwoch ist „Fischbrötchen Tag“  
Ein super Fang!  
Bestellung jeden Mittwoch  
„Lecker und reich an Eiweiß und Omega 3 Fettsäuren“



Obsttüte der Saison 4,90€  
Vitaminreiche Obsttüte der Saison mit der Bestellung für Montag, Mittwoch und Freitag  
„mit vielfältigen Vitaminen und Nährstoffen täglich gut versorgt“

Frische gemischte Salate mit Dressing 4,90€

Bestellung nur Dienstag bis Freitag mit einem Mittagsmenü möglich  
Portionsgröße 200 gr.



Dienstag: Salat mit Käse, Kochschinken und Dressing  
Mittwoch : Salat mit weißem Käse und Dressing  
Donnerstag: Salat mit Hähnchen und Dressing  
Freitag: Salat mit Mozzarella und Dressing  
„mit vielfältigen Vitaminen und Nährstoffen täglich gut versorgt“

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



Täglich gut versorgt in Dresden

KW 39

Tel.: 0351 - 50 10 134  
Fax: 0351 - 50 10 201  
Nutzen Sie auch unsere Möglichkeit zur Online-Bestellung  
essen@volkssoli-dresden.de  
www.volkssoli-dresden.de



Bestellschein

Kalenderwoche: 39

Abgabe Bestellschein bis 7.09.2026

| Menü<br>angebot | 1              | Hausmannskost<br>„sächsische Art“                                                                                                      | 2              | Hausmannskost<br>„Frisch & Lecker“                                                                                                    | 3              | Hausmannskost<br>„Eintopfküche“                                                       | 4 | Zusatzangebote | 5               | Vegetarische Küche<br>mit Informationen für Diabetiker                                                                                      | 6               | Kräftig & Deftige Küche<br>mit Informationen für Diabetiker                                                                                        | 7              | Abendbrot<br>„Vielfältig & Frisch“                                                                                                                                                            | 8              | Nachtsch<br>„schlemmen & genießen“           | Menü   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | Zusatz-<br>angebot |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------------------------------|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mo              |                | 4 Hackbällchen in<br>Rahmsoße<br>mit Rahmporree und<br>Petersilienkartoffeln <sup>A, A1, G, F, 4</sup>                                 |                | 4 Quarkkeulchen<br>mit Zucker <sup>A, A1, G</sup>                                                                                     |                | Pichelsteiner<br>Gemüseeeintopf<br>mit Rindfleisch <sup>A, A1, J, 4</sup>             |   |                |                 | Penne-Nudeln<br>mit vegetarischer Bolognese <sup>A, A2, J</sup>                                                                             |                 | Alaska-Seelachsschnitte<br>in Dill-Rahmsoße<br>dazu Erbsen und Fingermöhren und<br>Salzkartoffeln <sup>D, G, J, K</sup>                            |                | Honig-Schinken-Leberwurst,<br>Paprikalyoner, Klosterkäse-Weichkäse,<br>Matjeshäckerle, dazu Butter, Brot<br>und Garnitur<br><sup>D, A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, F, 4, 7, 11, 3, 2</sup>       |                | Fruchtiges Apfelmus <sup>3</sup>             | Mo     |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br><br>       |
| 21.09.          | 6,30 €<br>7351 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7110 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7102 |                                                                                       |   |                | 9,51 €<br>4552  | 2220 kJ<br>73,5 kh<br>12,7 ft<br>527 kcal<br>1,4 gs.ft<br>25,3 ew<br>6,1 BE<br>5,1 sa                                                       | 10,74 €<br>4419 | 1355 kJ<br>32,0 kh<br>8,5 ft<br>322 kcal<br>3,5 gs.ft<br>26,0 ew<br>2,7 BE<br>3,6 sa                                                               | 4,80 €<br>8300 |                                                                                                                                                                                               | 1,20 €<br>9001 | 21.09.                                       | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |   |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Di              |                | Nierchen<br>„pikant“ mit Pariser Karotten<br>und Kartoffelpüree <sup>A, A1, G, M, J, F, 1, 11, 2</sup>                                 |                | Gegrilltes Fischfilet<br>mit Käsesoße dazu<br>dazu dazu Gartengemüse und<br>Reis <sup>D, A, A1, B, G, F, K, O, 4, 1</sup>             |                | Deftiger<br>Erbseneintopf<br>mit 1 Bockwurst <sup>A, A1, G, 4, 7, 1, 3, 2</sup>       |   |                |                 | Zwetschgenknödel<br>mit Vanillesoße<br>dazu fruchtiges Pflaumenkompott<br>(mit Süßungsmitteln und einer<br>Zuckerart) <sup>C, A, G, 9</sup> |                 | Schwäbisches Linsengericht<br>mit Saitenwürstchen vom Schwein<br>und Spätzle <sup>C, A, A1, J, 3, 16</sup>                                         |                | Schlackwurst,Kochschinken,<br>Räucherkäse-Schnittkäse<br>Waldorfsalat, dazu Butter, Brot und<br>Garnitur <sup>A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, F, 4, 7, 1, 11, 3, 2</sup>                          |                | Karamell Pudding <sup>6</sup>                | Di     |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br><br>       |
| 22.09.          | 6,30 €<br>7065 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7427 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7156 |                                                                                       |   |                | 9,87 €<br>4524  | 1928 kJ<br>59,9 kh<br>19,5 ft<br>460 kcal<br>8,6 gs.ft<br>8,6 ew<br>5,0 BE<br>0,9 sa                                                        | 9,98 €<br>4365  | 3329,0 kJ<br>85,0 kh<br>33,0 ft<br>794 kcal<br>9,6 gs.ft<br>35,0 ew<br>5,8 BE<br>5,8 sa                                                            | 4,80 €<br>8384 |                                                                                                                                                                                               | 1,20 €<br>9058 | 22.09.                                       | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |   |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Mi              |                | Kräuter-Champignon-<br>Pfanne<br>mit Knöpfli <sup>A, A1, A5, G, F</sup>                                                                |                | Gebratene<br>Schweinerippchen<br>mit Sauerkraut und Petersili-<br>enkartoffeln <sup>A, A1, K, 1</sup>                                 |                | Königsberger<br>Kohlrabieintopf<br>mit Fleischklößchen <sup>C, A, G, J, F, 5, 3</sup> |   |                |                 | Goldgelbes Eieromelette<br>in Käsesoße mit Gemüse<br>„Leipziger Allerlei“<br>und Stampfkartoffeln <sup>C, A, G, J</sup>                     |                 | Bunter Fischtopf<br>vom Alaska-Seelachs<br>mit Gemüseeinlage und<br>Salzkartoffeln <sup>D, A, G, J</sup>                                           |                | Mortadella mit Champignons,<br>Mettwurst, Kräuter-Frischkäse,<br>1 Bratheringsbällchen, dazu Butter,<br>Brot und Garnitur<br><sup>D, A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, F, 4, 7, 1, 11, 3, 2</sup>   |                | Erdbeer-Rhabarber<br>Kompott                 | Mi     |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br><br>       |
| 23.09.          | 6,30 €<br>7189 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7399 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7313 |                                                                                       |   |                | 10,26 €<br>4554 | 2214 kJ<br>37,7 kh<br>30,1 ft<br>531 kcal<br>8,2 gs.ft<br>22,4 ew<br>3,1 BE<br>4,2 sa                                                       | 11,12 €<br>4465 | 1722 kJ<br>45,9 kh<br>12,0 ft<br>409 kcal<br>4,9 gs.ft<br>25,0 ew<br>3,8 BE<br>6,0 sa                                                              | 4,80 €<br>8312 |                                                                                                                                                                                               | 1,20 €<br>9081 | 23.09.                                       | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |   |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Do              |                | Bratwurst mit<br>Bratensoße<br>dazu Sauerkraut und<br>Kartoffelpüree <sup>A, A1, G, J, K, F, 4, 7</sup>                                |                | Gefüllte Zucchini<br>mit Gemüse-Hackfleisch-Fül-<br>lung, dazu Gemüsesoße und<br>Petersilienkartoffeln <sup>A, A1, G, J, 2</sup>      |                | Reiseintopf<br>mit Rindfleisch <sup>J, 4</sup>                                        |   |                |                 | Cremiges<br>Champignonragout<br>mit Spätzle <sup>A, A2, C, G, J, 8</sup>                                                                    |                 | Klassischer Leberkäse<br>vom Rind und Schwein<br>mit kräftiger Bratensoße, dazu<br>Sauerkraut und Stampfkartoffeln<br><sup>G, J, K, 3, 16, 8</sup> |                | Kaßleraufschnitt, Partyfrikadelle,<br>Elbländer-Schnittkäse, Frischer<br>Gurkensalat mit Dill, dazu Butter,<br>Brot und Garnitur <sup>A, A1, A2, A3, A4, G, M, F, 7, 3, 2</sup>               |                | Quarkdessert Mandarine <sup>6</sup>          | Do     |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br><br>       |
| 24.09.          | 6,30 €<br>7032 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7430 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7367 |                                                                                       |   |                | 10,67 €<br>4587 | 2046 kJ<br>55,2 kh<br>17,5 ft<br>499 kcal<br>6,9 gs.ft<br>15,6 ew<br>5,4 BE<br>3,4 sa                                                       | 11,64 €<br>4005 | 2668 kJ<br>47,7 kh<br>40,5 ft<br>644 kcal<br>13,3 gs.ft<br>17,2 ew<br>4,0 BE<br>5,6 sa                                                             | 4,80 €<br>8257 |                                                                                                                                                                                               | 1,20 €<br>9030 | 24.09.                                       | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |   |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Fr              |                | 1 Fischfrikadelle<br>mit Zitronen-Butter-Soße und<br>Petersilienkartoffeln, dazu<br>Rote-Bete-Salat <sup>D, A, A1, G, F, 11, 3</sup>   |                | Hähnchen-Ananas-<br>Curry<br>mit Grünen Erbsen und Reis<br><sup>A, A1, G, 1</sup>                                                     |                | Ungarischer<br>Kesselgulasch <sup>A, A1</sup>                                         |   |                |                 | Herzhafte Käsespätzle<br>mit Röstzwiebelgarnitur <sup>C, A, G</sup>                                                                         |                 | Golgelb-panierte<br>Hähnchen-Happen<br>dazu Erbsen und Möhren in Soße<br>a'la Hollandaise und Kartoffelpüree<br><sup>A, A2, G, J, 8</sup>          |                | Dillsaftfleisch, Leberkäse, Schmelz-<br>käse Champignon, Obst der Saison,<br>dazu Butter, Brot und Garitur<br><sup>A, A1, A2, A3, A4, G, F, 13, 4, 7, 3, 2</sup>                              |                | Birnenkompott mit<br>Schokosoße <sup>6</sup> | Fr     |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br><br>    |
| 25.09.          | 6,30 €<br>7431 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7422 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7101 |                                                                                       |   |                | 9,97 €<br>4558  | 3274 kJ<br>82,6 kh<br>34,0 ft<br>781 kcal<br>19,9 gs.ft<br>33,3 ew<br>6,9 BE<br>5,7 sa                                                      | 10,71 €<br>4747 | 2498 kJ<br>49,5 kh<br>32,0 ft<br>599 kcal<br>11,3 gs.ft<br>23,0 ew<br>4,1 BE<br>3,7 sa                                                             | 4,80 €<br>8313 |                                                                                                                                                                                               | 1,20 €<br>9015 | 25.09.                                       | 1      | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |   |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Sa*             |                | Krautnudeln<br>mit gebratenen<br>Jagdwurstwürfeln <sup>A, A1, J, K, 4, 7, 1, 3, 2</sup>                                                |                | Putenstreifen<br>in Senfrahm mit Honigmöh-<br>ren und Petersilienkartoffeln <sup>A, A1, G, J, K, 1, 3</sup>                           |                | Sächsische<br>Kartoffelsuppe<br>mit 2 Wienern <sup>J, K, 4, 7, 3, 2</sup>             |   |                |                 |                                                                                                                                             |                 |                                                                                                                                                    |                | Hausgemachter Kartoffelsalat<br>mit 2 Wienern, dazu eine<br>kleine Garnitur<br><sup>G, M, J, K, 4, 7, 1, 11, 3, 2</sup>                                                                       |                | Stracciatella Dessert <sup>G, F</sup>        | Sa*    |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br>                                                                                          |
| 26.09.          | 6,30 €<br>7127 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7160 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7368 |                                                                                       |   |                |                 |                                                                                                                                             |                 |                                                                                                                                                    |                | 4,80 €<br>8357                                                                                                                                                                                |                | 1,20 €<br>9063                               | 26.09. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| So*             |                | Feiner Hackbraten<br>mit Rahmsoße<br>dazu Schwarzwurzelgemüse<br>und Petersilienkartoffeln<br><sup>A, A1, G, J, K, 4, 7, 1, 3, 2</sup> |                | Gepökelte<br>Rinderzunge<br>in Rotweinsauce mit<br>Erbsengemüse und<br>Petersilienkartoffeln<br><sup>A, A1, G, M, F, 4, 7, 3, 2</sup> |                | Linseneintopf<br>süß-sauer<br>mit Blutwurst <sup>A, A1, M, J, K, 4, 3</sup>           |   |                |                 |                                                                                                                                             |                 |                                                                                                                                                    |                | Kochschinken mit Fettrand, Bier-<br>schinken, Emmentaler-Schnittkäse,<br>Putensalat „Puszta Art“ dazu Butter,<br>Brot und Garnitur<br><sup>A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, F, 4, 7, 1, 3, 2</sup> |                | Ananas Kompott                               | So*    |   |   |   |   |   |   |   |   |                    | <br><br> |
| 27.09.          | 6,30 €<br>7144 |                                                                                                                                        | 7,20 €<br>7164 |                                                                                                                                       | 6,00 €<br>7039 |                                                                                       |   |                |                 |                                                                                                                                             |                 |                                                                                                                                                    |                | 4,80 €<br>8374                                                                                                                                                                                |                | 1,20 €<br>9055                               | 27.09. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |

Bestellungen aus Spalte 8 sind nur in Verbindung mit einem Menü (Spalte 1 - 6) möglich.

Nährwertangaben pro Portion

kJ = Kilojoule gs.fr = gesättigte Fette ew = Eiweiß BE = Broteinheiten  
ft = Fett kh = Kohlenhydrate sa = Salz

Zusatzstoffe: 1 mit Farbstoff, 2 mit Konservierungsstoff, 3 mit Antioxidationsmittel, 4 mit Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt (Oliven), 7 mit Phosphat, 8 mit Milcheiweiß (Molkepulver, Milchpulver), 9 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 10 enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam), 11 mit Süßungsmitteln, 12 auf Grundlage (z.B. Sorbit) bei Tafelsüßen, 13 gewachst, 14 mit Hühnereiweiß, 15 mit Stärke, 16 Nitritpökelsalz, 18 ohne Gluten, 28 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 29 enthält Schweinefleisch, 30 enthält Alkohol, 31 ohne Laktose

Allergene: A Weizen, A1 Roggen, A2 Glutenhaltiges Getreide - Gerste, A3 Hafer, B Krebstiere und Krebserzeugnisse, C Eier und Eierzeugnisse, D Fisch und Fischerzeugnisse, E Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse, F Soja und Sojaerzeugnisse, G Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose), H Haselnüsse sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, H1 Walnüsse, 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 min. 10mg/kg oder L), N Lupinen und Lupinerzeugnisse, O Weichtiere und Weichtiererzeugnisse

BE = Menüs mit Informationen für Diabetiker (mit BE-Angaben und höchstens 35g Fett)

Änderungen vorbehalten

Hinweis zur Bestellung: Bestellungen sind nur bis 11 Uhr des Vortages möglich, für den Montag nach dem Wochenende müssen diese bis Freitag 11 Uhr erfolgen, für Feiertage bis zum Werktag vorher 11 Uhr.

Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein.

Kunden-Nr. .... Tel. ....

Name .....

Straße, Hausnr. ....

Wohnort .....

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