

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“



Obststütle der Saison 4,90€
Vitaminreiche Obststütle der Saison mit der Bestellung für Montag bis 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 47

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: 47

Abgabe Bestellschein bis 02.11.2026

Menü angebot	1	Hausmannskost „Sächsische Art“	2	Hausmannskost „Frisch & Lecker“	3	Hausmannskost „Eintopfküche“	4	„Vegetarische Küche“	5	Zusatzangebote	6	Traditionelle Küche mit Informationen für Diabetiker	7	Abendbrot „Vielfältig & Frisch“	8	Nachttisch „schlemmen & genießen“	Menü	1	2	3	4	5	6	7	8	Zusatz- angebot		
Mo	16.11.	1 Riesengermknödel mit Vanillesoße ^{A, A1, G, 1} 6,30 € 7112	Gebratene Hähnchenkeule mit Geflügelsoße, dazu Buttererbsen und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, B, J, F, 3} 7,20 € 7328	Bunter Reiseintopf mit Geflügelfleisch ^{J, 4, 3} 6,00 € 7329	Blumenkohl Broccoli Auflauf ⁹ 9,00 € 7444						Schweinegeschnetzeltes in einer Café-de-Paris-Soße dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwie- beln und kleine Kartoffelrösti ^{A, G, K, 8} 13,13 € 4198	2415,6 kj 42,68 kh	32,56 ft 5,28 z	9,24 gs.ft 24,2 ew	3,558 BE 4,4 sa 4,80 € 8076	Kochsalami, Mettwurst, Emmentaler, Fleischsalat mit Tomatenecke, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, F, 7, 1, 3, 2}	Heidelbeer Kompott 1,20 € 9025	Mo		1	2	3	4	5	6	7	8	
Di																		17.11.	Schweinelebberragout mit Schmorzwiebeln und Apfelwürfeln, dazu Kartoffelpüree ^{A, A1, G, J, F} 6,30 € 7147	Gebackenes Rotbarschfilet mit Tomaten-Frischkäse- Soße, dazu Gartengemüse und Kartoffelpüree ^{D, A, A1, G} 7,20 € 7435	Weiße Bohneneintopf süß-sauer mit Kaßlerfleisch ^{A, A1, M, 4, 7, 3, 2} 6,00 € 7107	Reis Gemüse Pfanne ^J 9,00 € 7445					Zwei Rinderfrikadellen in dunkler Bratensoße mit Apfelrot- kohl und Kartoffelpüree ^{C, A, A1, G, J, K, 8} 9,38 € 4080	2133 kj 49,0 kh
Mi	18.11.	Herzhafter Quark mit Butter, Leberwurst und Petersilienkartoffeln ^{G, 3, 2} 6,30 € 7063	Schwarzbierbraten mit Rahmwirsing und 2 Katof- felklößen ^{A, A1, G, M, 1, 3} 7,20 € 7456	Szegediner Gulaschtopf ^{A, A1, G, J, F, 1} 6,00 € 7126	Chili sin Carne 9,00 € 7446					Currywurst vom Schwein mit Kartoffelspalten ^{K, 3} 9,60 € 4088	2623 kj 60,2 kh	31,4 ft 19,4 z	12,5 gs.ft 20,6 ew	5,1 BE 5,6 sa 4,80 € 8394	Röstzwiebel-Pasteten-Braten Lachsschinken, Elbländer-Schnittkä- se Tomate/Basilikum, Heringshappen „Senf-Honig-Dill“, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, J, K, 4, 7, 1, 3, 9, 2}	Aprikosen Kompott 1,20 € 9033	Mi											
Do																	19.11.	1 Gemüsefrikadelle mit Gemüse-Käse-Soße und Kartoffelpüree ^{A, A1, G, J, F, 4, 1} 6,30 € 7202	Geschnetzeltes „Gyros Art“ mit Reis, dazu frischer Gurkensalat ^{A, A1, G, M, J, F, 3} 7,20 € 7426	Weißkrauteintopf mit Rindfleisch ^{A, A1, 4} 6,00 € 7245	Gemüsenudeln „Asia Style“ mit Sojasoße „pikant“ ^{A, A1, F} 9,00 € 7447					Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott (mit Süßungsmi- teln und einer Zuckerart) ^{C, A, G, 9, 8} 9,87 € 4524	1928 kj 59,9 kh	19,5 ft 20,3 z
Fr	20.11.	Bunte Spirelli mit Jagdwurstwürfeln und Tomatensoße ^{A, A1, J, K, 4, 7, 1, 3, 2} 6,30 € 7170	Flämisches Bierfleisch mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen ^{A, A1, G, M, J, F, 4, 1, 3} 7,20 € 7279	Sächsische Kartoffelsuppe mit 2 Wiener Würstchen ^{J, K, 4, 7, 3, 2} 6,00 € 7067	Currygemüse mit Vollkornreis 9,00 € 7448					Klassischer Leberkäse vom Rind und Schwein mit kräftiger Bratensoße, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln ^{G, J, K, 3, 10, 8} 11,64 € 4005	2668,2 kj 47,7 kh	40,5 ft 14,4 z	13,3 gs.ft 17,2 ew	4 BE 5,6 sa 4,80 € 8389	Hähnchenleberwurst, Salami Maasdamer-Schnittkäse, Obst, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, F, 13, 3, 2}	Birnen Kompott 1,20 € 9047												
Sa ⁺																	21.11.	Gefüllte Wirsingroulade mit Rahmsoße und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, G, J, F} 6,30 € 7074	Hähnchensteak mit Jägersoße dazu Blumenkohlgemüse und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, G, J, F, 1} 7,20 € 7346	Bunter Nudeleintopf mit Geflügelfleisch ^{A, A1, J, 4, 3} 6,00 € 7081								
So ⁺	22.11.	Putengulasch mit Kaisergemüse und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, G, J, F, 3} 6,30 € 7251	Gekochter Schweinenacken in Petersiliensoße, dazu Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Petersilienkartoffeln ^{A, A1, G, F} 7,20 € 7222	Zucchini-Möhren- Eintopf mit Rindfleisch ^{A, A1, 4} 6,00 € 7092										Kaßlerbraten, Mettwurst, Elbländer- Schnittkäse, Vogtländischer Braten- salat, dazu Butter, Brot und Garnitur ^{A, A1, A2, A3, A4, G, K, F, 7, 1, 11, 3, 2}	Mirabellen Kompott ³ 1,20 € 9028	So ⁺												

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 Geschmacksverstärkern, 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 Lupinenerzeugnisse, O Weichtiere und Weichtierzeugnisse

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.