

WOCHENMENÜ Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Hausgemachtes Riesenschnitzel, dazu frischer Blattsalat mit Tomate, Gurke und French-Dressing
A1;C;J;S 8,55 Euro

DESSERT* Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Weißes Mousse-au-Chocolat mit Mango-Chutney
G 1,95 Euro

KW14 01.04.2024 – 07.04.2024
Firmenkunden
Beachten Sie bitte unsere neuen Salate!



Web gourmetta.de
Mail bestellung@gourmetta.de
Tel 0351 - 312 71 17
Fax 0351 - 312 71 18



MENÜS, SALATE & CO.

- Umbestellung taggleich bis 8:30 Uhr.
- Bestellung für das Wochenende bis Freitag 8:30 Uhr.
- Auslieferung erfolgt zwischen 9:00 und 13:15 Uhr.
- Reklamationen können nur am Tag der Lieferung bis 14:00 Uhr anerkannt werden.
- Lieferungen und Leistungen erfolgen zu unseren AGB.
- Akz. Zahlungsmittel: my.gourmetta, edenred, pluxee.
- Änderungen behalten wir uns vor.

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MENÜ 1	Kartoffelsuppe mit Würstchen 2,3;7;1;S 5,15 Euro	VEGGIE Tomatencremesuppe mit Frischkäsetortellini A1;C;G;I 4,75 Euro	Reiseintopf mit Hühnchenfleisch A1;I;T 4,75 Euro	Spirelli mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfel, dazu Käse 2,3;7;A1;G;J;S 4,75 Euro	Gebratene Leber mit Apfel-Zwiebel-Soße und Kartoffelpüree A1;G;J;S 4,75 Euro XXL +1,20 €	Chili con Carne mit Reis A1;I;R;S 5,35 Euro	Leberkäse mit Zwiebelsoße und Bratkartoffeln 2,3;7;A1;G;J;S 5,35 Euro
MENÜ 2	Gedünstetes Fischfilet mit Möhren, Dillssoße und Kartoffeln A1;D;G;I 5,55 Euro	Spirelli mit Rahmgulasch, dazu Käse A1;G;J;S 5,60 Euro XXL +1,00 €	Römerbraten mit Bio-Erbesen**, Möhren, Bratensoße und Kartoffelstampf A1;C;G;I;J;R;S 5,65 Euro	Kohlroulade mit Krautsoße und Kartoffeln A1;G;J;S 5,60 Euro XXL +1,20 €	VEGGIE Gegrillter Hirtenkäse mit Gemüse-Cous-Cous und Grilltomate, dazu Joghurt-Minze-Dip A1;G;J;K 5,85 Euro	Hähnchenbrust in Pfeffersoße, Bohnengemüse und Kartoffeln A1;G;I;T 5,55 Euro	Schweinebraten mit Rotweinsauce, Rotkohl und Kartoffelgratin 6;A1;G;J;M;S 5,55 Euro
MENÜ 3		Champignonsteak mit Bratkartoffeln 2,3;A1;G;J;S 5,95 Euro	Hähnchenschnitzel mit Brokkoli, Hollandaise und Kartoffeln A1;A3;C;F;G;I;T 5,95 Euro	Mumbai-Chicken-Curry mit ASIA-Gemüse und Basmatireis A1;B;F;G;I;J;K;T 5,95 Euro	Currywurstgulasch mit Wedges 2,3;7;A1;J;S 5,60 Euro		
MENÜ 4	Wir wünschen allen Essenteilnehmern einen angenehmen und erholsamen Feiertag!	Gegrilltes Seelachsfilet mit Blattspinat, Senfsoße und Kartoffelpüree A1;D;G;I;J 6,05 Euro	VEGGIE Schupfnudel-Grill-Gemüse-Pfanne mit Sonnenblumenkernen, dazu Tzatziki A1;C;G;K 5,85 Euro	VEGGIE Ricotta-Spinat-Cannelloni mit Käse, Brokkoli und Tomatenconcassee A1;C;G 5,45 Euro	Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Gemüserais A1;G;J;S 5,45 Euro		
MENÜ 5	<u>Bitte beachten Sie!</u> Aufgrund der Osterfeiertage sind Bestellungen für Freitag, den 29.03.2024 und Montag, den 01.04.2024 nur bis Donnerstag, den 28.03.2024 8.00 Uhr möglich!	VEGGIE Ofengemüse mit Honig-Ziegenkäse und gebratenen Drillingen G;I 5,85 Euro	Döner-Spaghetti mit Tomaten-Fetasoße 1;4;A1;C;F;G;I;J;R;T 5,60 Euro XXL +1,00 €	Hausgemachter Schweizer Rösti mit Räucherlachs, Zucchini und Käse überbacken, dazu Honig-Senf-Dip A1;C;D;G;J 6,05 Euro	Kaiserschmarrn mit Mandeln, Rosinen und Apfelstücken, dazu Apfelmus 3;A1;C;G;H1 5,45 Euro		
MENÜ 6		Butter-Hähnchen mit Mandeln, Kokos, Cashewkernen, Curry-Sahnesoße und gebratenem Reis A1;G;H1;H4;J;K;T 5,95 Euro	Schweinemedallions mit Steinpilzrahmsauce und Spätzle A1;C;G;I;S 6,15 Euro	Rindergulasch mit Rotkohl und Klößen 6;A1;I;M;R 6,15 Euro	Karibisches Hähnchen Hähnchenfilets in cremiger Kokosmilch mit Ananas, Gemüse und Reis A1;G;J;K;T 5,95 Euro		
FITME-MENÜ		Glasnudel Beef Bowl Asiatisch marinierte Glasnudeln mit Rindergeschmachtetem Bio-Erbesen** und Karotten A1;F;K;L;R 6,45 Euro	Asian Shrimp Noodles Garnelen mit Ei und Asia-Gemüse auf Mie-Nudeln A1;B;C;D;F;K;L 6,45 Euro	Cajun Style BBQ Chicken Hähnchen mit Süßkartoffel-Bohngemüse und rauchiger BBQ-Sauce H1;K;T 6,45 Euro	Geflügelte Wokpfanne mit schwarzer Pasta Hähnchen mit Schwarzbohnen-Pasta und Asia-Gemüse A1;E;F;K;T 6,45 Euro		

Unsere Specials

Sparmenü für nur 3,66 €

- ✓ Montag bis Freitag
- ✓ 3,66 € inklusive Anlieferung
- ✓ bis 8:30 Uhr anrufen, Auskunft erhalten und bestellen
- ✓ nur solange der Vorrat reicht

FitMe Ausgewogen und gut essen!

- ✓ Lebensmittel in perfekter Kombination
- ✓ jedes Menü max. 500 kcal, mind. 250 g Gemüse, mind. 30 g Eiweiß
- ✓ Nüsse, Samen, Proteine, Ballaststoffe und Gemüse können zu mehr Energie im Alltag führen

XXL-Menü

Alle markierten Menüs sind auch als XXL-Menü für den genannten Aufschlag erhältlich.



** nach DE-ÖKO-039
Zutatenliste: Erbsen in BIO-Qualität

Information: K) Knoblauch R) Rindfleisch S) Schweinefleisch T) Geflügelfleisch
Zusatzstoffe: 1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärker 6) mit Süßungsmittel 7) mit Phosphat 8) geschwärzt 9) gewachst Stoffe o. Erzeugnisse, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen: A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen A2) Roggen A3) Gerste A4) Hafer A5) Dinkel A6) Kamut B) Krebstiere C) Eier D) Fische E) Erdnüsse F) Sojabohnen G) Milch, Laktose H) Schalenfrüchte H1) Mandeln H2) Haselnüsse H3) Walnüsse H4) Cashewnüsse H5) Pecannüsse H6) Paranüsse H7) Pistazien H8) Macadamia- oder Queenslandnüsse I) Sellerie J) Senf L) Sesamsamen M) Schwefeldioxid, Sulphite N) Lupinen O) Weichtiere

FRÜHLINGS-SALATE & CO.

S1 6,69 €



VEGGIE SPARGEL-RUCOLA-SALAT

mit frischen Erdbeeren, grünem und weißem Spargel, gehobelm Parmesan, einer Mischung aus Blattsalaten und Eisbergsalat, dazu zartes weißes Balsamico-Vinaigrette
3;G;J;M

S2 6,99 €



PULLED-LACHS-BOWL

Harmonie aus zartem Pulled-Lachs, marinierten Glasnudeln, knackigem grünen Spargel, frischen Bohnen, saftiger roter Paprika, Edamame und zarter Zucchini, dazu Sesam-Miso-Dressing
A1;D;F;J;K;L

S3 6,59 €



CHEFSALAT

harmonische Mischung aus frischen Salaten, saftige Gurken und Tomaten, begleitet von herzhaftem Schinken, geriebenem Gouda und einem gekochten Ei, dazu hausgemachtes French-Vinaigrette
2,3;C;G;J;S

S4 6,79 €



VEGGIE TOMATE-MOZZARELLA-SALAT

Mozzarella aus regionaler Herstellung mit saftigen Tomaten, würzigem Rucola, knackigem Eisbergsalat, marinierte Risonudeln und Basilikum, dazu Pesto-Genovese-Dressing
1,3;A1;G;J;K;M

W1 5,99 €



CHICKEN-NUGGET-WRAP

Weizentortilla gefüllt mit knusprigen Chicken Nuggets, Sweet-Chili-Crème, knackigem Eisbergsalat und frischen Tomaten- und Gurkenwürfeln
7;A1;C;I;J;K;T

W2 6,09 €



DÜRÜM-DÖNER-WRAP

Weizentortilla gefüllt mit zartem Kalbsdönerfleisch, knackigem Krautsalat-Mix, unserer hausgemachten Dönersauce, frischer Gurke und Tomate
1,4;A1;C;F;G;I;J;K;R;T

MENÜS, SALATE & CO.

Web gourmetta.de
Mail bestellung@gourmetta.de
Tel **0351 - 312 71 17**
Fax **0351 - 312 71 18**



- Umbestellung taggleich bis 8:30 Uhr.
- Bestellung für das Wochenende bis Freitag 8:30 Uhr.
- Auslieferung erfolgt zwischen 9:00 und 13:15 Uhr.
- Reklamationen können nur am Tag der Lieferung bis 14:00 Uhr anerkannt werden.
- Lieferungen und Leistungen erfolgen zu unseren AGB.
- Akz. Zahlungsmittel: my.gourmetta, edenred, pluxee.
- Änderungen behalten wir uns vor.

FRÜHLINGS-SALATE & CO.

S1 6,69 €



VEGGIE SPARGEL-RUCOLA-SALAT

mit frischen Erdbeeren, grünem und weißem Spargel, gehobeltem Parmesan, einer Mischung aus Blattsalaten und Eisbergsalat, dazu zartes weißes Balsamico-Vinaigrette
3;G;J,M

S2 6,99 €



PULLED-LACHS-BOWL

Harmonie aus zartem Pulled-Lachs, marinierten Glasnudeln, knackigem grünen Spargel, frischen Bohnen, saftiger roter Paprika, Edamame und zarter Zucchini, dazu Sesam-Miso-Dressing
A1;D;F;J;K;L

S3 6,59 €



CHEFSALAT

harmonische Mischung aus frischen Salaten, saftige Gurken und Tomaten, begleitet von herzhaftem Schinken, geriebenem Gouda und einem gekochten Ei, dazu hausgemachtes French-Vinaigrette
2;3;C;G;J;S

S4 6,79 €



VEGGIE TOMATE-MOZZARELLA-SALAT

Mozzarella aus regionaler Herstellung mit saftigen Tomaten, würzigem Rucola, knackigem Eisbergsalat, marinierte Risonudeln und Basilikum, dazu Pesto-Genovese-Dressing
1;3;A1;G;J;K;M

W1 5,99 €



CHICKEN-NUGGET-WRAP

Weizentortilla gefüllt mit knusprigen Chicken Nuggets, Sweet-Chili-Crème, knackigem Eisbergsalat und frischen Tomaten- und Gurkenwürfeln
7;A1;C;I;J;K;T

W2 6,09 €



DÜRÜM-DÖNER-WRAP

Weizentortilla gefüllt mit zartem Kalbsdönerfleisch, knackigem Krautsalat-Mix, unserer hausgemachten Dönersauce, frischer Gurke und Tomate
1;4;A1;C;F;G;I;J;K;R;T

WOCHENMENÜ Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Entenkeule
mit Rotkohl und Klößen

6;A1;J;M;T

9,05 Euro

DESSERT* Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Weißes Mousse-au-Chocolat
mit Mango-Chutney

G

1,95 Euro

KW15 08.04.2024 – 14.04.2024

Firmenkunden

Beachten Sie bitte unsere neuen Salate!

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MENÜ 1	Hackbällchen mit Letscho und Reis XXL +0,80 € 6;A1;C;G;J;T 4,75 Euro	Grütwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln 2;7;A1;A3;J;R;S 4,75 Euro	Soljanka mit Schmand 2;6;7;A1;G;J;R;S;T XXL +0,80 € 4,75 Euro	Linseneintopf süß-sauer mit Würstchen 2;3;7;A1;J;S 4,75 Euro	VEGGIE Tagliatelle-Gratin mit Brokkoli und pikanter Ricotta-Tomatensoße A1;C;G;J 4,75 Euro	Frühlings-gemüseintopf mit Hähnchenstreifen und Reis A1;J;T 5,15 Euro	Bunte-Bratkartoffelpfanne mit Grillwiener 2;3;7;A1;J;S 5,35 Euro
MENÜ 2	VEGGIE Rührei mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln C;G 5,05 Euro	Spaghetti Bolognese , dazu Käse A1;G;I;R;S XXL +0,80 € 5,60 Euro	Hausgemachtes Beefsteak mit Blumenkohl und Kartoffelpüree A1;C;G;I;J;R;S 5,60 Euro	Spirelli mit Tomatensoße und Jägerschnitzel 2;7;A1;A2;C;J;S XXL +1,20 € 5,60 Euro	Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree, dazu Senf 2;7;A1;G;I;J;S XXL +1,20 € 5,60 Euro	Schweinebraten mit Kohlrabigemüse und Knödel A1;C;G;I;J;S 5,55 Euro	Gedünstetes Fischfilet mit Dillsauce, Möhregemüse und Kartoffeln A1;D;G;I 5,55 Euro
MENÜ 3	Szegediner Gulasch mit Knödeln A1;C;G;I;S 5,45 Euro	Sächsischer Sauerbraten mit Rotkohl und Klößen 6;A1;J;M;R 6,15 Euro	VEGGIE Süßkartoffel-Spinat-Auflauf mit Brikkäse, Kräutersoße, Grillgemüse und getrockneten Tomaten A1;C;G;I;M 5,85 Euro	VEGAN Blumenkohl-Erdnuss-Curry mit Gemüse und Duftreis A1;E;J;K 5,05 Euro	Gefüllte Paprikaschote mit Letscho und gebratenem Reis 6;A1;C;I;S 5,60 Euro		
MENÜ 4	Gegrilltes Seelachsfilet mit gebuttertem Gemüse und Kartoffeln A1;D;G;I 6,05 Euro	VEGGIE Bärlauchgnocchi mit rustikalen Ingwer-Chili-Möhren und Tomaten-Hollandaise A1;A3;C;F;G;I 5,85 Euro	Makkaroni mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfel, dazu Käse 2;3;7;A1;G;I;J;S 5,25 Euro	Paniertes Schnitzel mit Spiegelei, Bio-Erbisen**, Möhren und Kartoffeln A1;C;G;I;S 6,05 Euro	Glasnudeln-Bowl mit Hähnchenfilets, knackigem Gemüse, Sprossen und Sojasoße A1;B;F;I;K;L;T 5,95 Euro		
MENÜ 5	Butter-Spaghetti mit gebratenen Wienerscheiben, Salami und Käse 2;3;7;A1;G;I;J;S 5,60 Euro	Chicken Biryami Asiatische Hühnchen-Reis-Pfanne, dazu Knoblauch-Chili-Dip A1;G;K;L;T 5,95 Euro	VEGGIE Panierter Edamer mit Kroketten, dazu Tatarsauce 6;A1;C;G;J 5,85 Euro	Hähnchenbrust Tomate-Mozzarella mit Pesto-Spaghetti A1;G;K;T 5,95 Euro	Hausgemachte Eierkuchen , dazu Apfelmus 3;A1;C;G 5,45 Euro		
MENÜ 6	Green Thai Curry mit Wokgemüse, Hähnchenfilet, Kokosmilch und Basmatireis A1;B;G;I;J;K;T 5,95 Euro	Krautspätzle mit Flammkuchenspeck und gebratenen frischen Zwiebeln 2;3;A1;C;G;S 5,60 Euro	Schollenfilet „Finkenwerder Art“ mit Speck, Zwiebeln und Bratkartoffeln 2;3;A1;D;S 6,05 Euro	Bifteki mit Feta, Zwiebeln und Tomatenreis, dazu Tzatziki A1;C;G;K;R;S 5,60 Euro	Spaghetti Carbonara Salmone Spaghetti mit Lachsahnesoße A1;D;G 5,85 Euro		
FITME-MENÜ	Mexico Chicken Hähnchen mit Quinoa, feuriger Bohnensalsa und Mais K;T 6,45 Euro	Creamy Turkey Pute mit Spätzle, Karotten und Brokkoli in Kräuter-Frischkäse-Sauce A1;C;G;H1;K;T 6,45 Euro	Sweet Potato Chicken Hähnchen mit Süßkartoffeln, cremiger Spinatsauce und Kichererbsen A1;G;H1;K;T 6,45 Euro	Cheesy Gnocchi Pot mit Käse überbackene Süßkartoffelgnocchi mit würziger Hack-Sauce und rustikalen Karotten A1;D;F;G;H1;J;K;R 6,45 Euro	Marrakesh Bowl Hähnchen mit orientalischem Gemüse-Linsen-Couscous A1;E;J;T 6,45 Euro		

Unsere Specials

Sparmenü für nur 3,66 €

- ✓ Montag bis Freitag
- ✓ 3,66 € inklusive Anlieferung
- ✓ bis 8:30 Uhr anrufen, Auskunft erhalten und bestellen
- ✓ nur solange der Vorrat reicht

FitMe Ausgewogen und gut essen!

- ✓ Lebensmittel in perfekter Kombination
- ✓ jedes Menü max. 500 kcal, mind. 250 g Gemüse, mind. 30 g Eiweiß
- ✓ Nüsse, Samen, Proteine, Ballaststoffe und Gemüse können zu mehr Energie im Alltag führen

XXL-Menü

Alle markierten Menüs sind auch als XXL-Menü für den genannten Aufschlag erhältlich.



** nach DE-ÖKO-039
Zutatenliste: Erbsen in BIO-Qualität

Information: K) Knoblauch R) Rindfleisch S) Schweinefleisch T) Geflügelfleisch
Zusatzstoffe: 1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärker 6) mit Süßungsmittel 7) mit Phosphat 8) geschwärzt 9) gewachst Stoffe o. Erzeugnisse, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen: A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen A2) Roggen A3) Gerste A4) Hafer A5) Dinkel A6) Kamut B) Krebstiere C) Eier D) Fische E) Erdnüsse F) Sojabohnen G) Milch, Laktose H) Schalenfrüchte H1) Mandeln H2) Haselnüsse H3) Walnüsse H4) Cashewnüsse H5) Pecannüsse H6) Paranüsse H7) Pistazien H8) Macadamia- oder Queenslandnüsse I) Sellerie J) Senf L) Sesamsamen M) Schwefeldioxid, Sulphite N) Lupinen O) Weichtiere