

WOCHENMENÜ Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Wildschweingulasch
in Pfifferling-Whiskysoße, dazu Bundmöhren und Semmelklößchen
1;A1;C;G;I;S 8,75 Euro

DESSERT* Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Hausgemachtes Erdbeer-Tiramisu
mit frischem Erdbeersalat
A1;C;G 1,95 Euro

KW16 15.04.2024 – 21.04.2024
Firmenkunden

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MENÜ 1	Kesselgulasch mit Kartoffelwürfel A1;I;R;S 4,75 Euro	Omas Kartoffelsuppe mit Würstchen 2;3;7;I;S XXL +0,80 € 4,75 Euro	3 Saure Eier in Senfsoße mit Gemüstreifen und Petersilienkartoffeln VEGGIE A1;C;G;J 4,75 Euro XXL +1,00 €	Milchgrieß mit Vanille-Kirschen A1;G 4,75 Euro	Gebratene Leber mit Apfel-Zwiebelsoße und Kartoffelpüree A1;G;I;S 4,75 Euro	Prager Biergulasch mit Gemüse und Kartoffelpüree A1;G;I;S 5,35 Euro	Gemüseintopf mit Fleischwürfel A1;I;S 5,15 Euro
MENÜ 2	Makkaroni mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfel 2;3;7;A1;J;S XXL +0,80 € 5,05 Euro	Deftige Krautnudeln mit Salami, dazu Käse 2;3;A1;G;I;S 5,60 Euro	Braumeistergulasch mit Zwiebeln, Speck und Champignons, dazu hausgemachte Knödel 2;3;A1;C;G;I;S 5,60 Euro	Bauernfrühstück mit Gewürzgurke und Schinken 2;6;7;C;G;S 5,25 Euro	Hackbällchen „Jäger Art“ mit Rahmchampignons und Spätzle A1;C;G;I;J;T XXL +1,00 € 5,60 Euro	Mediterraner Fisch mit Zucchini-Gemüse und Nudeln A1;D;I 5,55 Euro	Schnitzel mit Bratensoße, Gemüse und Schwenkkartoffeln A1;C;G;I;S 5,55 Euro
MENÜ 3	Griechisches Geschnetzeltes mit Hirtenkäse, Metaxasoße und Tomaten-Reis 1;A1;F;G;I;K VEGGIE 5,45 Euro	Red Chicken Curry mit Paprika-Kokos- Chili-Cremesoße und Basmatireis A1;B;G;I;J;K;T 5,95 Euro	Steak au four (mit Würzfleisch und Käse) mit Reis, dazu Worcestersoße 1;A1;D;F;G;I;S 5,95 Euro	Gebratene Gnocchi mit Blattspinat und Gorgonzolasoße A1;G;I 5,65 Euro VEGGIE	Pilzrahm- geschnetzeltes mit Bandnudeln A1;F;I 5,05 Euro VEGAN		
MENÜ 4	Hähnchenschnitzel mit Bio-Erbsen**, Möhren und Kräuterkartoffeln A1;C;G;I;T 5,95 Euro	Kartoffel-Feta-Auflauf mit Brokkoli und Käse überbacken, an Paprikacremesoße A1;C;G;I VEGGIE 5,85 Euro	Allgäuer Käsespätzle mit Röstzwiebeln und Brokkoli A1;G 5,45 Euro VEGGIE	Gebratener Leberkäse mit Spiegelei, Bratensoße und Kartoffelstampf 2;3;7;A1;C;G;I;S XXL +1,20 € 5,60 Euro	Seelachsfilet mit Blattspinat, Senfsoße und Schwenkkartoffeln A1;D;G;I;J 6,05 Euro		
MENÜ 5	Welsfilet im Zitronenmantel mit Ratatouille und Reis A1;D 6,05 Euro	Schweineroulade mit Apfelrotkohl und Klößen 6;A1;I;J;M;S 6,15 Euro	Gegrillte Hähnchenbrust mit Blumenkohl-Brokkoli- Gemüse, Hollandaise und Kartoffelgratin A1;A3;C;F;G;I;T 6,05 Euro	Spirelli mit Wurstgulasch, dazu Käse 2;3;7;A1;G;I;S 5,25 Euro	Chicken-Gyros mit Zwiebeln und gebratenem Reis, dazu Tzatziki 4;A1;F;G;I;J;K;T 5,60 Euro		
MENÜ 6	Gebratene Schweinemedaillons mit Käsesoße, Brokkoli und Bratkartoffeln 2;3;A1;G;I;S 6,15 Euro	Schupfnudel-Gemüse- Pfanne mit getrockneten Tomaten, Hirtenkäse, Pesto und Sonnen- blumenkernen A1;C;G;I;K;M VEGGIE 5,85 Euro	Heringsfilet „Hausfrauen Art“ mit Pellkartoffeln 1;6;A1;C;D;F;G;I;J;M 5,95 Euro	Murgh Kali Mirch Cremiges Hähnchen- curry mit Tomaten, Cashewkerne und Pilawreis A1;G;H4;I;J;K;T 5,95 Euro	Schweizer-Kartoffel- Möhren-Rösti mit Grillgemüse, dazu Kräuter-Sour-Cream A1;C;G;J VEGGIE 5,85 Euro		
FITME-MENÜ	One-Pot Bolognese Vollkornspaghetti mit Hack-Gemüse-Bolognese A1;F;M;R 6,45 Euro	Glasnudel Chicken Bowl Asiatisch mariniertes Glasnudelsalat mit Hähnchen und Asia- Gemüse A1;F;K;L;T 6,45 Euro	Indisches Power Curry Pute mit Kartoffel- Blumenkohl-Curry H1;K;T 6,45 Euro	Persischer Truthahn mit Quinoa, Bohngemüse in Baharatsauce E;H1;K;T 6,45 Euro	Bolo Nero Veganesse Schwarzbohnen-Pasta mit veganem Hack in Tomatensauce A3;F;K 6,45 Euro VEGAN		

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 Antioxidations-
mittel 4) mit Geschmacksverstärker 6) mit Süßungsmittel 7) mit Phosphat
8) geschwärtzt 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



**MENÜS,
SALATE
& CO.**

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 Dönersoße, frischer Gurke und Tomate
1;4;A1;C;F;G;I;J;K;R;T

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.

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 Dönersoße, frischer Gurke und Tomate
1;4;A1;C;F;G;I;J;K;R;T

WOCHENMENÜ Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Gebratenes Lachsfilet mit Stangenspargel, Hollandaise und Rosmarinkartoffeln

A1;A3;C;D;F;G;I

9,25 Euro

DESSERT* Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Hausgemachtes Erdbeer-Tiramisu mit frischem Erdbeersalat

A1;C;G

1,95 Euro

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MENÜ 1	Grüner Bohneneintopf mit Kartoffelwürfeln und Rindfleisch A1;I;R 4,75 Euro	VEGAN Kartoffel-Blumenkohl-suppe mit gebratenem Blumenkohl und Sonnenblumenkernen I 4,75 Euro	VEGGIE Spargelcremesuppe mit grünem Spargel und gerösteten Kürbiskernen, dazu Baguette A1;A2;A3;C;F;G;I 4,75 Euro	Chili con Carne mit Reis A1;I;K;R;S 4,75 Euro	VEGGIE Spaghetti all arrabiata mit pikanter Tomatensoße und Käse A1;G;I 4,75 Euro	Gemüseleintopf mit Fleischklößchen A1;C;G;I;J;T 5,15 Euro	VEGGIE Gemüseteller mit Kräutersoße und Kartoffeln A1;G;I 5,35 Euro
MENÜ 2	Schwarzbiurgulasch mit Rotkohl und böhmischen Zwiebelknödeln 6;A1;A3;C;G;I;J;S 5,60 Euro	Spirelli mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfeln, dazu Käse 2;3;7;A1;G;I;J;S 5,05 Euro XXL +0,80 €	Makkaroni mit Jägerschnitzel und Tomatensoße 2;7;A1;A2;C;I;J;S 5,60 Euro XXL +1,20 €	Käsespätzle mit Champignon-Rahmgeschneitzeltem A1;C;G;I;S 5,60 Euro	Kohlroulade mit Spitzkohlsoße und Kartoffeln A1;G;I;J;S 5,60 Euro XXL +1,20 €	Überbackenes Schnitzel mit Pfirsich und Käse, dazu Kartoffelspalten A1;C;G;I;S 5,55 Euro	Gulasch in Paprikasoße mit Gemüse und Bratkartoffeln 2;3;A1;G;I;J;S 5,35 Euro
MENÜ 3	VEGGIE Spargelomelette mit grünem Spargel, Kirschtomaten, Mozzarella, Tomaten-Hollandaise und Kartoffeln A1;A3;C;F;G;I 6,45 Euro	VEGGIE Frischer italienischer Gemüseteller mit Grilltomate, Zucchini, Parmesansoße und Gnocchi A1;G;I;K 5,85 Euro	Römerbraten mit Bratensoße, Bio-Erbse**, Möhren und Kartoffelpüree A1;C;G;I;J;R;S 5,60 Euro	Lasagne Bolognese XXL +0,80 € A1;C;G;I;R;S 5,45 Euro	Gegrilltes Seelachsfilet mit Spargelgemüse, Hollandaise und Schwenkkartoffeln A1;A3;C;D;F;G;I 6,15 Euro		
MENÜ 4	Currywurst „Berliner Art“ mit Gewürzgurke und Bratkartoffeln XXL +0,80 € 2;3;6;7;A1;I;J;S 5,45 Euro	Pulled Chicken mit gebratenem Reis und Gemüse, dazu Barbecue-Dip 2;6;A1;F;I;K;T 5,95 Euro	VEGGIE Schweizer Rösti mit frischen gebratenen Champignons und Käse, dazu Chipotle-Dip A1;C;G;J;K 5,85 Euro	VEGGIE Gebratener Hirtenkäse an Gartengemüse, Eibly und Kräuter-Frischkäse A1;G;I 5,85 Euro	Yellow Thai Curry mit gegrilltem Hähnchen, frischem Gemüse und Jasmin-Duftreis A1;F;G;I;J;K;T 5,95 Euro		
MENÜ 5	Kaltmenü Hähnchen-Spargel-Salat mit Kirschtomaten, weißem und grünem Spargel, Hähnchenfilets, Sonnenblumenkernen und Brunnenkresse-Honig-Dressing 3;J;K;M;T 6,85 Euro	Schnitzel „Wiener Art“ mit Stangenspargel, cremiger Hollandaise und Kartoffelstampf A1;A3;C;F;G;I;S 6,95 Euro	Gegrillte Hähnchenbrust mit Bärlauch-Butter, Spargelgemüse und Kartoffelgratin A1;G;I;T 6,85 Euro	Frischer Stangenspargel mit gekochtem Schinken, Hollandaise und Petersilienkartoffeln 2;3;7;A1;A3;C;F;G;I;S 6,55 Euro	VEGGIE Bandnudeln mit grünem Spargel, Feta und Pesto-Verde A1;G;K 6,55 Euro		
MENÜ 6	Bunte Nudel-Hackfleischpfanne mit Bärlauch, Gemüse, Basilikumsoße und Schafskäse A1;G;I;R;S 5,25 Euro	Spinat-Lachs-Spaghetti mit Blattspinat, Pesto, Räucherlachs und Lauchzwiebeln A1;D;G;I;K 5,85 Euro	Hausmacher Sülze mit Remouladensoße und Bratkartoffeln 2;6;A1;C;D;F;G;I;J;M;S 5,60 Euro	Kaiserschmarrn mit Mandeln, Rosinen und Apfelstücken, dazu Apfelmus 3;A1;C;G;H1 5,25 Euro	Kassler mit Sauerkraut und Klößen 2;3;7;A1;I;M;S 6,15 Euro		
FITME-MENÜ	Asiatisch Gehacktes a la FitMe - Mie-Nudeln mit Rinderhack und Asia-Gemüse in Soja-Kokossauche A1;C;F;K;L;R 6,45 Euro	Seelachs Power Kombi Seelachs mit Wildreis, Kichererbsen und Dill-Kokossauche D;H1;K 6,45 Euro	Putengyros Putengeschnetzeltes mit Eibly und Bohnengemüse in griechischer Tomatensauce A1;G;K;T 6,45 Euro	Thunfisch Bolo Vollkornspaghetti mit Thunfisch-Tomatensauce und frischen Zucchiniestreifen A1;D;G;K 6,45 Euro	Kentucky Fitness Chicken - Hähnchen mit Kokos-Knobisauce, dazu Süßkartoffeln und Karotten-Bohnen-Gemüse K;T 6,45 Euro		

KW17 22.04.2024 – 28.04.2024

Firmenkunden

Spargelzeit bei gourmetta!



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