

**WOCHENMENÜ** Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Weihnachtliche Entenkeule mit Bratapfelrotkohl und Kartoffelklößen



6;A1;J;M;T

9,65 Euro

**DESSERT\*** Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Spekulatiusquark mit Mandarinen

G

1,95 Euro

**KW50 09.12.2024 – 15.12.2024**  
Firmenkunden

	MONTAG, 09.12.	DIENSTAG, 10.12.	MITTWOCH, 11.12.	DONNERSTAG, 12.12.	FREITAG, 13.12.	SAMSTAG, 14.12.	SONNTAG, 15.12.
<b>MENÜ 1</b>	Gräupcheneintopf mit Kasslerwürfel 2;3;7;A1;A3;I;S 4,75 Euro	<b>VEGAN</b> Low Carb Indische-Butter-Chicken-Suppe mit Kokosmilch, Sojafillets und Reis A1;F;K 4,75 Euro	Grillwurst mit Currysoße, gebratenen Zwiebeln und Kartoffelpüree 2;3;7;A1;G;J;S 4,75 Euro	Soljanka mit Schmand 2;3;6;A1;G;J;S;T 4,75 Euro	<b>VEGGIE</b> Pesto-Spaghetti mit Mozzarella und Kirschtomaten A1;G;K 4,75 Euro <b>XXL +0,80 €</b>	<b>VEGGIE</b> Paprika-Tomatensuppe mit Käsetortellini A1;G;I;K 5,15 Euro	Kartoffelsuppe mit Würstchen 2;3;7;I;S 5,15 Euro
<b>MENÜ 2</b>	Spirelli mit Wurstgulasch, dazu Käse 2;3;7;A1;G;I;J;S 5,25 Euro	Grütwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln 2;7;A1;A3;I;R;S 5,45 Euro <b>XXL +0,80 €</b>	<b>VEGGIE</b> Frischkäsetortellini mit Basilikum-Tomaten-Mozzarella-Soße A1;G;I 5,45 Euro	Spaghetti Carbonara mit Schinken-Sahnesoße 2;3;7;A1;G;I;S 5,60 Euro	Hackbraten „Griechische Art“ mit Feta, Möhren und Kartoffelstampf A1;G;I;J;R;S 5,60 Euro	Geschnetzeltes mit Möhrengemüse und Kartoffelgratin A1;G;I;S 5,35 Euro	Paniertes Fischfilet mit Mischgemüse und Bratkartoffeln 2;3;A1;D;G;I;S 5,55 Euro
<b>MENÜ 3</b>	<b>VEGAN</b> Mediterrane Gnocchi-Pfanne mit cremigem Spinat, Grillgemüse, geröstetem Romanesco, Kürbiskerne und getrockneten Tomaten A1;F;K;M 5,85 Euro	<b>VEGGIE</b> Blumenkohl-Brokkoli-Kartoffel-Auflauf mit Cheddarsoße 1;A1;C;G;I 5,85 Euro	Kohlroulade mit Krautsoße und Kartoffeln A1;G;I;J;S 5,60 Euro <b>XXL +1,20 €</b>	3 Saure Eier mit Senfgemüse und Kräuterkartoffeln A1;C;G;I;J 5,45 Euro <b>XXL +1,00 €</b>	Backfisch mit Cole Slaw und Bratkartoffeln 2;3;A1;C;D;G;I;J 5,95 Euro		
<b>MENÜ 4</b>	Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Petersilienkartoffeln A1;G;I;S 5,60 Euro <b>XXL +1,20 €</b>	Makkaroni mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfel 2;3;7;A1;I;J;S 5,05 Euro	Thai-Chicken-Curry mit Duftreis und Kaffir-Limettenblatt A1;B;G;I;J;K;L;T 5,95 Euro	Großes Hähnchenschnitzel mit Bratkartoffeln, dazu Zitronenecke 2;3;A1;C;T 5,95 Euro	<b>VEGGIE</b> Gegrillter Hirtenkäse mit Tomaten-Zucchini-Cous-Cous und Grilltomate, dazu Joghurt-Minze-Dip A1;G;I;K 5,85 Euro		
<b>MENÜ 5</b>	Schinkenkrustenbraten mit Honig glasiert, dazu Schwarzbiersoße, Speckbohnen und Schupfnudeln 2;3;A1;A3;C;I;S 6,45 Euro	Festtagsschnitzel mit frischen Rahmchampignons und Petersilienkartoffeln A1;C;G;S 6,65 Euro	Hausgemachte Zimt-Eierkuchen mit Mandelsplittern, dazu Apfelmus 3;A1;C;G;H;I 5,75 Euro	Weihnachtlicher Rindergulasch mit Rotkohl und Klößen 6;A1;I;M;R 6,65 Euro	Tranchen von der Gänsebrust mit Portweinsauce, Rotkohl und Kroketten 6;A1;C;M;T 9,55 Euro		
<b>MENÜ 6</b>	Paniertes Schollenfilet mit Kartoffelpüree, dazu Remouladensoße 1;6;A1;C;D;F;G;J;M 5,95 Euro	Schweinemedallions mit Pfefferlingsoße, rustica Möhren und Kartoffelgratin A1;G;I;S 6,15 Euro	Lasagne Bolognese A1;C;G;I;R;S 5,60 Euro	Bauernfrühstück mit Schinkenstreifen und Gewürzgurke 2;6;7;A1;C;G;S 5,25 Euro	Steak au four (mit Würzfleisch und Käse) mit Bio-Erbsen** und Reis, dazu Worcestersauce 1;A1;D;F;G;I;S 5,95 Euro		
<b>FITME-MENÜ</b>	Marrakesh Bowl Hähnchen mit orientalischem Gemüse-Linsen-Couscous A1;E;J;T 6,45 Euro	Cheesy Gnocchi Pot mit Käse überbackene Süßkartoffelgnocchi mit würziger Hack-Sauce und rustikalen Karotten A1;D;F;G;H;I;J;K;R 6,45 Euro	Creamy Turkey Pute mit Spätzle, Karotten und Brokkoli in Kräuter-Frischkäse-Sauce A1;C;G;H;I;K;T 6,45 Euro	Sweet Potato Chicken Hähnchen mit Süßkartoffeln, cremiger Spinatsauce und Kichererbsen A1;G;H;I;K;T 6,45 Euro	Mexico Chicken Hähnchen mit Quinoa, feuriger Bohnensalsa und Mais 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

**gourmetta**  
FOOD COMPANY

**MENÜS,  
SALATE  
& CO.**

**HERBST-SALATE & CO.**

**S1 6,89 €**



**HERBSTLICHER KÜRBIS-HÄHNCHEN-SALAT**

Ofengerösteter Kürbis, zartes gegrilltes Hähnchenfilet, knackige Gurken, frische Tomaten und eine bunte Mischung aus Blattsalaten, dazu Honig-Senf-Dressing

J;T

**S2 6,69 €**



**VEGGIE MEDITERRANER RISO-NUDELSALAT**

mit Mozzarella-Kugeln, Zucchini, Paprika und Tomaten

3;A1;G;K;M

**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 6,59 €**



**VEGGIE GREEN GODDESS SALAD**

mit frischem Feta, knackiger Gurke, Brokkoli, Spitzkohl, Quinoa und Radieschen, dazu cremige Salatsoße

G;K

**W1 6,19 €**



**CEASAR-SALAD-WRAP**

mit zartem Hähnchenfilet, knackiger Gurke, saftigen Tomaten, frischem Blattsalat und cremiger Ceasar-Salat-Creme

2;A1;C;G;J;K;T

**W2 6,19 €**



**HOT CHICKEN TIKKA-MELT**

gefüllter warmer Taco mit Cheddar-Käse, Tikka-Chicken, Mais und Jalapenos

1;2;A1;G;K;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](http://gourmetta.de)  
Mail [bestellung@gourmetta.de](mailto: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.

## HERBST-SALATE & CO.

**S1 6,89 €**



### HERBSTLICHER KÜRBIS-HÄHNCHEN-SALAT

Ofengerösteter Kürbis, zartes gegrilltes Hähnchenfilet, knackige Gurken, frische Tomaten und eine bunte Mischung aus Blattsalaten, dazu Honig-Senf-Dressing  
J,T

**S2 6,69 €**



### VEGGIE MEDITERRANER RISO-NUDELSALAT

mit Mozzarella-Kugeln, Zucchini, Paprika und Tomaten  
3;A1;G;K;M

**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 6,59 €**



### VEGGIE GREEN GODDESS SALAD

mit frischem Feta, knackiger Gurke, Brokkoli, Spitzkohl, Quinoa und Radieschen, dazu cremige Salatsoße  
G;K

**W1 6,19 €**



### CEASAR-SALAD-WRAP

mit zartem Hähnchenfilet, knackiger Gurke, saftigen Tomaten, frischem Blattsalat und cremiger Caesar-Salat-Creme  
2;A1;C;G;J;K;T

**W2 6,19 €**



### HOT CHICKEN TIKKA-MELT

gefüllter warmer Taco mit Cheddar-Käse, Tikka-Chicken, Mais und Jalapenos  
1;2;A1;G;K;T

## WOCHENMENÜ Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Weihnachtliche Forelle mit Schwenkkartoffeln, dazu Zitronenecke



A1;D;G

9,55 Euro

## DESSERT\* Montag – Freitag (außer an Feiertagen)

Spekulatiusquark mit Mandarinen

G

1,95 Euro

**KW51 16.12.2024 – 22.12.2024**  
Firmenkunden

	MONTAG, 16.12.	DIENSTAG, 17.12.	MITTWOCH, 18.12.	DONNERSTAG, 19.12.	FREITAG, 20.12.	SAMSTAG, 21.12.	SONNTAG, 22.12.
<b>MENÜ 1</b>	Gulaschsuppe mit Kartoffelwürfel <b>XXL +0,80 €</b> A1;I;R;S 4,75 Euro	Bohneneintopf mit Rindfleisch A1;I;R 4,75 Euro	Linseneintopf süß-sauer mit Würstchen 2;3;7;A1;I;S 4,75 Euro	Spirelli mit Tomatensoße, Jagdwurst und Salamiwürfel, dazu Käse 2;3;7;A1;G;J;S 4,75 Euro	Brokkoli-Schinken-Auflauf mit Nudeln und Mozzarella-Soße <b>XXL +0,80 €</b> 2;3;7;A1;C;G;I;S 4,75 Euro	Nudel-Hähncheneintopf mit Gemüse A1;C;I;T 5,15 Euro	Fischfilet mit Dillsauce, Mischgemüse und Kartoffeln A1;D;G;I 5,55 Euro
<b>MENÜ 2</b>	Rührei mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln C;G 5,25 Euro	Spaghetti Bolognese, dazu Käse <b>XXL +0,80 €</b> A1;G;R;S 5,60 Euro	Jägerschnitzel mit Möhren und Kartoffelpüree <b>XXL +1,20 €</b> 2;7;A1;A2;C;G;J;R;S 5,60 Euro	Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelstampf, dazu Senf <b>XXL +1,20 €</b> 2;7;A1;G;I;J;S 5,60 Euro	Chicken-Gyros mit cremiger Metaxasoße, Balkankäse und Reis 1;4;A1;F;G;I;J;T 5,60 Euro	Hackbällchen mit Letscho und Gemüse 6;A1;C;G;I;J;T 5,35 Euro	Schwarzbieregulasch mit Blumenkohl und Knödel A1;A3;C;G;I;S 5,35 Euro
<b>MENÜ 3</b>	Hähnchenschnitzel mit Rahmsauce, Mischgemüse und Rosmarin-Schwenkkartoffeln A1;C;G;I;T 5,95 Euro	Seelachsfilet mit Dijon-Senfsoße, Brokkoli und Schwenkkartoffeln A1;D;G;I;J 6,05 Euro	Kartoffel-Feta-Auflauf mit Brokkoli und Käse überbacken, an Paprikacremesoße A1;C;G;I 5,85 Euro	Butter-Hühnchen mit Mandeln, Kokos, Cashewkernen, Curry-Sahnesoße und gebratenem Reis A1;G;H;I;J;K;T 5,95 Euro	Hausgemachtes Beefsteak mit Blumenkohl, Senf-Hollandaise und Kartoffelstampf A1;A3;C;F;G;I;J;R;S 5,60 Euro		
<b>MENÜ 4</b>	Tiroler Hirten-Makkaroni mit Schinkenwürfeln, Tomaten Champignons, Bio-Erbse** und Gouda 2;3;7;A1;G;S 5,45 Euro	Gebackener Blumenkohl mit Tomaten-Hollandaise und Gnocchi A1;A3;C;F;G;I 5,85 Euro	Kassler mit Sauerkraut und Klößen 2;3;7;A1;I;M;S 6,15 Euro	Omelette mit Tomaten, Blattspinat und Mozzarella gefüllt, dazu Rosmarinkartoffeln A1;C;G 5,85 Euro	Pilzrahmgescnetzeltes mit Bandnudeln A1;F;I 5,45 Euro		
<b>MENÜ 5</b>	Gebratenes Buntbarschfilet im Spekulatiusmantel mit Brokkoli und Butterkartoffeln A1;D;G;I 6,55 Euro	Weihnachtlicher Burgunderbraten mit Rotkohl, Preiselbeeren und Klößen 6;A1;I;M;R 6,75 Euro	Kaninchenkeule mit Speckrosenkohl und Zwiebelknödel 2;3;A1;C;G;I;S 6,95 Euro	Saftiger Wildgulasch mit Waldpilzen, Speck-Rosenkohl und Knödel 2;3;A1;C;G;I;M;S 6,45 Euro	Kaiserschmarrn mit Spekulatius-Vanillesoße A1;C;G;H1 5,75 Euro		
<b>MENÜ 6</b>	Frischkäse-Kartoffeltasche mit Rahmgemüse und Tomatenconcassee A1;G;I 5,85 Euro	Weihnachtlicher Apfelstrudel mit Vanillesoße, Johannisbeermus, und gerösteten Mandelsplitter A1;G;H1 5,75 Euro	Tagliatelle mit Parmesan, Waldpilzen, Petersilie und Sahnesoße A1;G;I 5,75 Euro	Wikinger-Pfanne mit Hackbällchen, Kürbis, Bio-Erbse** und Kartoffeln A1;C;G;J;T 5,60 Euro	Schweineroulade mit Rosenkohl und Knödel 2;3;A1;C;G;I;J;S 6,15 Euro		
<b>FITME-MENÜ</b>	One-Pot Bolognese Vollkornspaghetti mit Hack-Gemüse-Bolognese A1;F;M;R 6,45 Euro	Indisches Power Curry Pute mit Kartoffel-Blumenkohl-Curry H1;K;T 6,45 Euro	Glasnudel Chicken Bowl Asiatisch mariniertes Glasnudelsalat mit Hähnchen und Asia-Gemüse A1;F;K;L;T 6,45 Euro	Bolo Nero Veganes Schwarzbohnen-Pasta mit veganem Hack in Tomatensauce F;K 6,45 Euro	Persischer Truthahn mit Quinoa Pute mit Quinoa, Bohnengemüse in Baharatsauce E;H1;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 5) 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 Queenlandnüsse I) Sellerie J) Senf L) Sesamsamen M) Schwefeldioxid, Sulphite N) Lupinen O) Weichtiere