gourmetta™
FOOD COMPANY

BODY KITCHEN

Die neue Menülinie für den aktiven Alltag
- ✓ Lebensmittel in **perfekter Kombination** - für **mehr Energie** im Alltag
- ✓ **jedes Menü max. 500 kcal, mind. 250g Gemüse, mind. 30g Eiweiß sowie gesunde Fette**
- ✓ Ideal zum **Abnehmen**, für den **Muskelaufbau** und zum **Genießen**

www.body.kitchen/meals

KW43 21.10.19 - 27.10.19
KW44 auf Rückseite
Privatkunden

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MENU 1	**Linseneintopf süß-sauer** mit Wiener Würstchen A1;G;I;J;S;T 4,85 Euro	VEGGIE **Cremige Italienische Tomatensuppe** mit Basilikum und Oregano, dazu Pizzabrot XXL A1;C;G;I 4,85 Euro	**Soljanka** mit Kartoffelstückchen und Schmand 6;A1;G;I;J;S 4,85 Euro	**Muschelnudeleintopf** mit Hähnchenfiletstreifen A1;C;I;T 4,85 Euro	VEGAN **Süßkartoffel-Karottensuppe** mit gerösteten Sonnenblumenkernen A1;G;I 4,85 Euro	**Gebundene Gemüsesuppe** mit Fleischwürfeln A1;G;I;S;T 4,20 Euro	**Gebratenes Fischfilet** mit Blattspinat und Reis A1;D;G;I 4,20 Euro
MENU 2	**Hackbällchen** mit Letscho und Reis XXL 6;A1;C;G;J;T 4,85 Euro	**BBQ-Pulled-Pork** mit würzigen cheesy Kartoffelspalten und Grilltomate 6;A1;F;G;I;J;K;S 4,85 Euro	VEGGIE **Zucchini-Gnocchi-Pfanne** mit Paprika, Hirtenkäse und Grilltomate A1;G;K 4,85 Euro	VEGGIE **ASIA-Wokpfanne** mit Sojasprossen, Cashewkernen und gebratenen Mie-Nudeln, dazu Sweet-Paprika-Chili-Dip A1;C;F;G;H4;I;J;L 4,85 Euro	**Blumenkohl-Kartoffel-Schinken-Gratin** mit Petersilien-Buttersoße und Brokkoli XXL A1;A3;C;F;G;I;S 4,85 Euro	**Frikadelle** mit Mischgemüse und Schwenkkartoffeln A1;C;G;I;J;S 4,20 Euro	**Grillteller** (Bratwurst & Steak) mit Sauerkraut und Kartoffeln A1;G;I;J;S 4,20 Euro
MENU 3	VEGGIE **Gebackener Kürbis mit Camembert und Thymian,** dazu Kartoffeln G 4,85 Euro	**Kabeljaufilet** mit Bio-Möhren, Ananas-Kokos-Currysoße und Basmatireis A1;D;G;I;J 4,85 Euro	**Schweinemedaillons** mit Ofenkürbis, Pfifferlingsoße und Schwenkkartoffeln A1;G;I;S 4,85 Euro	**Hausgemachtes Beefsteak** mit Spinat und Kartoffelpüree XXL A1;C;G;I;J;R;S 4,85 Euro	**Hähnchenschnitzel** mit Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffelstampf A1;C;G;I;T 4,85 Euro		
MENU 4	**Makkaroni** mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfel, dazu Käse 1;A1;G;I;J;S 4,85 Euro	VEGGIE **Rahmspinat** mit Rührei und Kräuterkartoffeln C;G 4,85 Euro	**Gebratene Hähnchenbrust** mit Kräuterbutter, Brokkoli, Hollandaise und Wildreis A1;A3;C;F;G;I;T 4,85 Euro	**Spirelli** mit Tomatensoße und Jägerschnitzel A1;A2;C;I;J;S 4,85 Euro	VEGGIE **Steinpilzrisotto** mit Sesamöl, Grillgemüse und Ricotta-Basilikumsoße A1;G;I;L 4,85 Euro		
MENU 5	VEGGIE **Frischkäsetortellini** mit Mozzarella-Tomaten-Basilikumsoße A1;C;G;I 4,85 Euro	**Kassler** mit Sauerkraut und Klöße 7;A1;I;S 4,85 Euro	**Hausmacher Sülze** mit Bratkartoffeln, dazu Remouladensoße XXL 6;A1;C;DF;G;I;J;S 4,85 Euro	**Prager Biergulasch** mit Rotkohl und hausgemachte Zwiebelknödel 6;A1;C;G;I;J;S 4,85 Euro	**Hausgemachte Eierkuchen** mit Zucker und Zimt, dazu Apfelmus 3;A1;C;G 4,85 Euro		
MENU 6	**Rotbarschfilet** in Zitronenbuttersoße mit buntem Möhrengemüse und Kartoffeln A1;A3;C;D;F;G;I 4,85 Euro	**Spirelli** mit Rahmgulasch, dazu Käse 1;A1;G;I;S 4,85 Euro	**Spaghetti** mit Schinkenwürfeln, Zwiebeln und Gorgonzola-Parmesan-Soße A1;G;I;S 4,85 Euro	**Gegrilltes Fischfilet** mit Limettensoße, Kürbis-Zucchinigemüse und Wildreis A1;D;G;I 4,85 Euro	**Rindfleisch-Nudelpfanne** mit cremiger Tomaten-Paprikasoße und Chili, dazu geriebener Käse 1;A1;G;I;R 4,85 Euro		
BODY KITCHEN	**Pute a la Orient** Pute mit Quinoa, Gemüsemix und würziger Baharatsauce E;H1;T 5,35 Euro	**Glasnudel Chicken Bowl** Glasnudelsalat mit Hühnchen, Asia-Gemüse, gerösteten Sesamkörnern und Sojasauce A1;F;L;T 5,35 Euro	**Thunfisch Bolo** Vollkornpasta mit Thunfisch-Tomatensoße und Zucchini A1;D;G 5,35 Euro	**Marrakesch Bowl** Hühnchen mit Linsen-Bulgur und Erdnüssen, dazu orientalische Gewürze A1;E;I;J;T 5,35 Euro	**Putengyros** Putengyros mit Ebly (Zartweizenkörner) und Bohnengemüse, dazu Tzatziki A1;G;K;T 5,35 Euro		
WOCHENMENU	**Hausgemachtes Cordon Bleu** mit Bratkartoffeln, dazu Zitronenecke A1;C;G;S 6,35 Euro	**Hausgemachtes Cordon Bleu** mit Bratkartoffeln, dazu Zitronenecke A1;C;G;S 6,35 Euro	**Hausgemachtes Cordon Bleu** mit Bratkartoffeln, dazu Zitronenecke A1;C;G;S 6,35 Euro	**Hausgemachtes Cordon Bleu** mit Bratkartoffeln, dazu Zitronenecke A1;C;G;S 6,35 Euro	**Hausgemachtes Cordon Bleu** mit Bratkartoffeln, dazu Zitronenecke A1;C;G;S 6,35 Euro		

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

SPAR MENU
2,66€

- ✓ **Montag bis Freitag**
- ✓ **2,66 € inkl. Anlieferung**
- ✓ **bis 8.30 Uhr anrufen, Auskunft erhalten, bestellen**
- ✓ **nur solange der Vorrat reicht**

XXL-MENU

Alle markierten Menüs sind auch als XXL-Menü für 0,80 Euro Aufschlag erhältlich.

BIO nach EG-Öko-Verordnung

nach DE-ÖKO-039

Information: *K) Knoblauch R) Rindfleisch S) Schweinefleisch T) Geflügelfleisch* ***Zusatzstoffe:*** *1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärker 5) geschwefelt 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*

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.*
- ✓ *Akzeptierte Zahlungsmittel: my.gourmetta, edenred, sodexo.*
- ✓ *Änderungen behalten wir uns vor.*

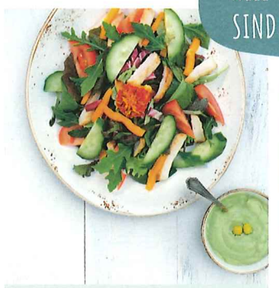
D1 0,95 Euro

DESSERT*
Double-Chocolate-Cheesecreme-Dessert mit Sauerkirschen A1;A3;C;F;G

ALLE DRESSINGS UND DIPS SIND HAUSGEMACHT!

S1 4,99 €

OMEGA 3-BOWL
Räucherlachs auf knackigen Blattsalaten mit Gurke, Tomate und Rucola, dazu Frischkäsedressing
D,G,M



S2 4,89 €

SWEET-CHICKEN-SALAT
Gebratene Hähnchenbruststreifen mit Honig glasiert, Blattsalate, Tomaten, Gurken, Paprika und Rucola, dazu Joghurtdressing mit Bio-Joghurt
1,G,K,T

S3 4,79 €

CHEFSALAT
Gemischter Salat mit Gurken, Tomaten, Schinken, geriebenem Gouda und Ei, dazu French-Vinaigrette
1,C,G,J,M,S

S4 4,89 €

QUINOA-SUPER-FOOD-SALAT
Quinoa-Rote-Linsen-Salat mit Apfel, Paprika, gebackenem Feta, Champignons und Blattsalat, dazu Senfvinaigrette
G,J,M

W1 4,49 €

SMOKEY-TURKEY-WRAP
Wrap mit Spicy Mayo, Roter Bete, geräucherter Putenbrust, frischem Blattsalat, Gurke und Hirtenkäse
1,6,7,C,G,M,K,T

W2 4,49 €

PULLED-PORK-WRAP
Pulled Pork, BBQ-Dip, Eisbergsalat, American Coleslaw, Tomaten und Gurken
6,A1,F,I,K,S

KONTAKT gourmetta, Meißner Straße 30, 01445 Radebeul /Sa.

Abbildungen dienen als Serviervorschlag.

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.*
- ✓ *Akzeptierte Zahlungsmittel: my.gourmetta, edenred, sodexo.*
- ✓ *Änderungen behalten wir uns vor.*

D1 0,95 Euro

DESSERT*
Schokoladenpudding

ALLE DRESSINGS UND DIPS SIND HAUSGEMACHT!

S1 4,99 €

OMEGA 3-BOWL
Räucherlachs auf knackigen Blattsalaten mit Gurke, Tomate und Rucola, dazu Frischkäsedressing
D,G,M

S2 4,89 €

SWEET-CHICKEN-SALAT
Gebratene Hähnchenbruststreifen mit Honig glasiert, Blattsalate, Tomaten, Gurken, Paprika und Rucola, dazu Joghurtdressing mit Bio-Joghurt
1,G,K,T

S3 4,79 €

CHEFSALAT
Gemischter Salat mit Gurken, Tomaten, Schinken, geriebenem Gouda und Ei, dazu French-Vinaigrette
1,C,G,J,M,S

S4 4,89 €

QUINOA-SUPER-FOOD-SALAT
Quinoa-Rote-Linsen-Salat mit Apfel, Paprika, gebackenem Feta, Champignons und Blattsalat, dazu Senfvinaigrette
G,J,M

W1 4,49 €

SMOKEY-TURKEY-WRAP
Wrap mit Spicy Mayo, Roter Bete, geräucherter Putenbrust, frischem Blattsalat, Gurke und Hirtenkäse
1,6,7,C,G,M,K,T

W2 4,49 €

PULLED-PORK-WRAP
Pulled Pork, BBQ-Dip, Eisbergsalat, American Coleslaw, Tomaten und Gurken
6,A1,F,I,K,S

KONTAKT gourmetta, Meißner Straße 30, 01445 Radebeul /Sa.

Abbildungen dienen als Serviervorschlag.

gourmetta™ FOOD COMPANY

BODY KITCHEN

Die neue Menülinie für den aktiven Alltag
- ✓ Lebensmittel in **perfekter Kombination** - für **mehr Energie** im Alltag
- ✓ **jedes Menü max. 500 kcal, mind. 250g Gemüse, mind. 30g Eiweiß sowie gesunde Fette**
- ✓ Ideal zum **Abnehmen**, für den **Muskelaufbau** und zum **Genießen**

www.body.kitchen/meals

KW44 28.10.19 - 03.11.19
KW43 auf Rückseite
Privatkunden

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
MENU 1	**Kartoffelsuppe** mit Bockwurstscheiben XXL G;I;J;S 4,85 Euro	**Bohneneintopf** mit Rindfleisch A1;I;R 4,85 Euro	VEGGIE **Butternut-Kürbissuppe** mit Pesto-Ravioli A1;G;I;K 4,85 Euro	**Kartoffel-Karotten-Eintopf** mit Rindfleisch A1;I;R 4,20 Euro	VEGAN **Türkische Linsensuppe** mit roten Linsen, Kokosmilch, Paprika und Olivenöl, dazu Fladenbrot A1;I;L 4,85 Euro	**Bunter Gemüseeintopf** mit Fleischwürfeln A1;G;I;S 4,20 Euro	**Fischfilet** mit Spargelgemüse und Kartoffeln A1;C;D;F;G;I 4,20 Euro
MENU 2	VEGGIE **Dinkel-Vollkornrösti** mit herbstlichem Gemüse, dazu frischer Paprika-Chili-Dip 6;A1;A5;C;G;I;J 4,85 Euro	**Steak au four** (mit Würzfleisch und Käse) mit Gemüse-Reis, dazu Worcestersoße 1;A1;D;F;G;I;S 4,85 Euro	**Hähnchengeschnetzeltes** in Orangen-Honigsoße mit Schwenkkartoffeln A1;G;I;T 4,85 Euro	**Schweinemedaillons** mit Brokkoli, Parmesansoße und Kartoffelgratin A1;G;I;S 4,20 Euro	**Bauernfrühstück** mit Schinkenstreifen und Gewürzgurke 6;A1;C;G;J;S 4,85 Euro	**Hähnchenbrust** mit Brokkoli und Reis A1;G;I;T 4,20 Euro	**Schweinebraten** mit Burgundersoße, Rotkohl und Klöße 1;6;A1;G;I;S 4,20 Euro
MENU 3	**Schlemmerfischfilet „Florentiner Art"** mit Mozzarella-Tomatensoße und Wildreis A1;D;G;I 4,85 Euro	**Gegrilltes Putensteak** mit Bio-Brokkoli, Käsesoße und Gnocchi A1;G;I;T 4,85 Euro	**Schnitzel mit Spiegelei,** gebratenen Zwiebeln, Gemüse und Kartoffelstampf A1;C;G;I;S 4,85 Euro	**Wir wünschen allen Essenteilnehmern einen schönen und erholsamen Feiertag!**	**Hähnchenbrust Caprese mit Tomate und Mozzarella überbacken,** dazu Pesto-Gnocchi A1;C;G;K;T 4,85 Euro		
MENU 4	**Spirelli** mit Tomatensoße, Jagdwurst- und Salamiwürfel, dazu Käse 1;A1;G;J;S 4,85 Euro	VEGGIE **3 Eier in Senfsoße** mit Gemüsestreifen und Petersilienkartoffeln A1;C;G;I;J 4,85 Euro	VEGGIE **Herbstliche Waldpilzpfanne** mit geschwenkten Spätzle A1;C;G;I 4,85 Euro	**Bitte beachten Sie, dass unsere Salatkarte am Freitag den 01.11.2019 nur eingeschränkt im Angebot ist. Wochenmenü, XXL-Menü, Body-Kitchen und Sparmenü gibt an diesem Tag ebenfalls nicht!**	**Makkaroni** mit Wurstgulasch, dazu Käse 1;A1;G;I;J;S 4,85 Euro		
MENU 5	**Szegediner Gulasch** mit hausgemachten Knödeln A1;C;G;I;J;S 4,85 Euro	**Kräuterquark** mit Butter und Leberwurst, dazu Pellkartoffeln XXL 2;3;G;R;S 4,85 Euro	**Karotten-Kartoffel-Rösti mit Räucherlachs,** Kürbis-Zucchini-Gemüse und Käse, dazu Sour-Cream-Dip A1;C;D;G;I;J 4,85 Euro		**Chefsalat** – Gemischter Salat mit Gurken, Tomaten, Schinken, geriebenem Gouda und Ei, dazu French-Vinaigrette 1;C;G;J;M;S 4,79 Euro		
MENU 6	**Bratwurst** mit Sauerkraut und Kartoffelpüree, dazu Senf A1;G;I;J;S 4,85 Euro	VEGGIE **Spaghetti** mit Bärlauchpesto, Rucola und Feta A1;G;K 4,85 Euro	**Currywurst „Berliner Art"** mit Gewürzgurke und Bratkartoffeln XXL 6;A1;G;I;J;S 4,85 Euro		**Smokey-Turkey-Wrap** Wrap mit Spicy Mayo, Roter Bete, geräucherter Putenbrust, frischem Blattsalat, Gurke und Hirtenkäse 1;6;7;C;G;M;K;T 4,49 Euro		
BODY KITCHEN	**Shaolin-Nudel-Bowl** Hähnchen mit Mie-Nudeln und Asia-Gemüse in Sesamöl-Soja-Sauce A1;C;F;I;L;T 5,35 Euro	**Mexiko Chicken** Hühnchen mit Quinoa, Bohnensalsa und Mais T 5,35 Euro	**Geflügel Meetballs** Spätzlepfanne mit Geflügelfrikadellen, Brokkoli, Karotten und Kräuter-Frischkäsesoße A1;C;G;H1;J;T 5,35 Euro				
WOCHENMENU	**Schweinefilet im Kräutermantel,** dazu Speck-Bohnen und Wildkräuterpolenta A1;I;J;S 6,55 Euro	**Schweinefilet im Kräutermantel,** dazu Speck-Bohnen und Wildkräuterpolenta A1;I;J;S 6,55 Euro	**Schweinefilet im Kräutermantel,** dazu Speck-Bohnen und Wildkräuterpolenta A1;I;J;S 6,55 Euro				

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

SPAR MENU 2,66€
- ✓ **Montag bis Freitag**
- ✓ **2,66 € inkl. Anlieferung**
- ✓ **bis 8.30 Uhr anrufen, Auskunft erhalten, bestellen**
- ✓ **nur solange der Vorrat reicht**

XXL-MENU
Alle markierten Menüs sind auch als XXL-Menü für 0,80 Euro Aufschlag erhältlich.

BIO nach EG-Öko-Verordnung
nach DE-ÖKO-039

Information: *K) Knoblauch R) Rindfleisch S) Schweinefleisch T) Geflügelfleisch* ***Zusatzstoffe:*** *1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärker 5) geschwefelt 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*