



UNSERE HAUSMANNSKOST

vom 19.01.2026 bis 25.01.2026 (KW04)

»BODDENHUS«

03834 - 85320

boddenhus@volkssolidaritaet.de

VOLKSSOLIDARITÄT
Nordost

GERICHT 1

MO

Cordon Bleu mit Rahmblumenkohl
und Kroketten^{1,3,7}
8,50 €

DI

Kohlroulade mit Schmorkohlsauce
und Salzkartoffeln^{1,7,9,10}
7,90 €

MI

Leberkäse mit Bayrisch Kraut und
Stampfkartoffeln^{7,12,17}
7,90 €

DO

Schweinegulasch „Spreewälder Art“
mit Meerrettich, Gewürzgurke und
Salzkartoffeln^{7,12,16,17}
7,90 €

FR

Dicke Rippe mit Rahmwirsing und
Salzkartoffeln^{1,7,9,12}
7,90 €

SA

Gebratene Flunder mit
Schusterstipp, Stampfkartoffeln mit
Speck und Zwiebeln^{1,4,7,16}
8,50 €

SO

Entenkeule mit Kirschkohl,
Orangensauce und
Kartoffelklößen^{12,17,19}
9,50 €

GERICHT 2

Spaghetti Bolognese^{1,3,7}
7,50 €

Warme Milchnudeln mit
Blaubeeren^{1,7}
6,90 €

Hackfleischtopf mit Schmelzkäse
und Hörnchennudeln^{1,7}
6,90 €

Usedomer Fischtopf mit
Wurzelgemüse, Dill und
Gurkensalat^{4,7,9}
7,50 €

Grießbrei mit warmen Kirschen
zum Überfüllen^{1,7,17}
6,90 €

Deftiger Wrukkeneintopf mit Kasseler
und Thymian^{12,17}
7,50 €

Hähnchenfilet mit Paprika in
Tomaten-Sahnesauce und Reis^{7,16,17}
7,90 €

GERICHT 3

Erbseneintopf mit Wurzelgemüse,
Kartoffeln & hausgemachtem Brot^{9,10}
6,90 €

Putenschnitzel in Kokospanade
mit Wrukken-Möhrengemüse zum
Überfüllen & Süßkartoffelstampf^{3,6}
7,90 €

Cremiges Kichererbsencurry
mit Blumenkohl, Möhren &
Vollkornreisnudeln
6,90 €

Hausgemachte schwarze Bohnen-
Bulette mit Pilz-Maronensauce,
gebuttertem Brokkoli &
Salzkartoffeln^{6,7}
7,20 €

Fischstäbchen mit Tomaten-
Zucchini-Gemüse, Datteln und
Kokos-Vollkornreis^{4,16,17,19}
7,50 €



Mo - Fr empfehlen wir
unsere **Vitalkost** und Salate,
die **salzarm** sowie **frei von**
raffiniertem Zucker und
Gluten zubereitet sind.

Spuren können nicht
ausgeschlossen werden.

SALAT

Gurkensticks
1,90 €

Weißkrautsalat mit Petersilie¹⁷
1,90 €

Rotkrautsalat mit Apfelmark¹⁷
1,90 €

Hausgemachter süß-saurer
Gurkensalat mit Dill¹⁷
1,90 €

Möhren-Apfelsalat
mit nativem Rapsöl¹⁷
1,90 €

2 frische Tollatsch^{16,17,18}
6,50 €

Hausgemachter Eiersalat mit
Schinken und Pilzen^{3,7,12,16,18}
6,50 €

DESSERT

Bananen-Apfelpüree mit
Vanillesauce⁷
1,90 €

Vanillequark mit Pfirsichkompott⁷
1,90 €

Mandelpudding mit Schokosauce^{7,8}
1,90 €

Birnenkompott
mit Joghurttopping⁷
1,90 €

Schokopudding mit Vanillesauce⁷
1,90 €

Milchreis mit Apfelmus^{7,17}
1,90 €

Glühweinmousse mit
Joghurt-Zimttopping^{7,19,20}
1,90 €

Unsere La Mamas kochen am 22.01.2026:

Gulasch mit Kartoffeln oder Reis

7,90€

vegan vegetarisch zuckerfrei glutenfrei

ALLERGENLISTE:

(1) Gluten (z. B. Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste, Hafer) (2) Krebstiere (3) Eier (4) Fisch (5) Erdnüsse (6) Soja (7) Milch (einschl. Laktose) (8) Schalenfrüchte (z. B. Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Pecannüsse) (9) Sellerie (10) Senf (11) Sesam (12) Schwefeldioxid & Sulfite (>10 mg/kg oder l) (13) Lupinen (14) Weichtiere (15) Farbstoffe (16) Konservierungsstoffe (17) Süßungsmittel/Säuerungsmittel (18) Zusatzstoffe (E-Nummern) (19) Verdickungsmittel (20) Alkohol