



UNSERE HAUSMANNSKOST

vom 26.01.2026 bis 01.02.2026 (KW05)

»BODDENHUS«

03834 - 85320

boddenhus@volkssolidaritaet.de

VOLKSSOLIDARITÄT
Nordost

GERICHT 1

MO

Putenschnitzel mit grünen Bohnen zum Überfüllen und Rosmarinkartoffeln^{1,3,7}
8,50 €

GERICHT 2

Blumenkohl-Käsemedaillons mit Béchamelkartoffeln und Karotten-Kokos-Salat^{1,3,7,17}
7,90 € **V**

GERICHT 3

Brühereis mit Wurzelgemüse und Blumenkohlröschen⁹
6,90 € **VG** **Z** **G**

SALAT

Karotten-Kokossalat mit nativem Rapsöl¹⁷
1,90 € **VG** **Z** **G**

DESSERT

Quark mit Kirschgrütze^{7,17}
1,90 € **V**

DI

Königsberger Klopse mit Salzkartoffeln⁷
7,90 €

Pizzasuppe mit Käse und Baguette^{1,3,7}
6,90 €

Hähnchen Süß-Sauer mit Ananas, Möhren und gebuttertem Vollkornreis⁷
7,90 € **Z** **G**

Rotkrautsalat mit Bananenmark und Zimt¹⁷
1,90 € **VG** **Z** **G**

Vanillepudding mit DDR-Knusperflocken¹⁷
1,90 € **V**

MI

Schweinegeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Spätzle^{1,3,7}
7,90 €

Gyros mit Tzatziki und Tomatenreis^{7,16}
7,50 €

Hausgemachte Kichererbsenbulette mit Rahm-Fenchel-Möhrengemüse und mit Salzkartoffeln¹⁶
7,20 € **VG** **Z** **G**

Gurkensticks
1,90 € **VG** **Z** **G**

Buttermilchdessert mit Himbeersauce und weißer Schokolade^{7,17,19}
1,90 € **V**

DO

Paniertes Kasseler-Kotelette mit Speckwirsing und Stampfkartoffeln^{1,3,7}
8,50 €

4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus¹⁷
6,90 € **V**

Gedünsteter Seelachs mit Dillsauce, Rahmspinat und Salzkartoffeln^{4,6}
7,50 € **Z** **G**

Rote-Bete-Salat mit Sonnenblumenkernen¹⁷
1,90 € **VG** **Z** **G**

Sahnequarkspeise mit Mangosauce^{7,19}
1,90 € **V**

FR

Sahnehering nach Hausfrauen Art mit Ei und Pellkartoffeln^{3,4,7,10,12}
8,50 €

Deftiger Erbseneintopf mit Kartoffeln, Wurzelgemüse und 1 Bockwurst^{9,10}
7,50 €

Dicke Bohnen in Tomatensauce mit Linsennudeln^{16,17}
6,90 € **VG** **Z** **G**

Weißkrautsalat mit Cranberrys und Sesam^{11,17}
1,90 € **VG** **Z** **G**

Apfelmus mit Vanillesauce^{7,16,17,19}
1,90 € **V**

SA

Hirschgulasch mit Pilzen in Rotweinsauce und Kartoffelklößen^{9,17,20}
9,50 €

Rosenkohlcremesuppe mit Speck und Brot^{1,3,16,18}
6,90 €

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

Großer Blattsalat mit Thunfisch, Ei und Honig-Senf-Dressing^{3,4,10,17}
6,50 €

Schokopudding mit Zimt-pflaumenkompott^{7,16,17,19}
1,90 € **V**

SO

Hähnchen Hawaii mit Rahm-champignons und Kroketten¹⁷
8,50 €

Wikingertopf mit Hack, Gemüse, Tomaten und Sahne⁷
6,90 €

Großer Salat mit Gurken, Tomaten, Paprika, Falafelbällchen und Hummus^{11,17}
6,50 € **V**

Orangencreme mit After-Eight-Täfelchen^{7,16,17,19}
1,90 € **V**



Unsere La Mamas kochen am 29.01.2026:

Gulasch mit Kartoffeln o. Nudeln | Dessert

7,90€

VG vegan **V** vegetarisch **Z** zuckerfrei **G** 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