



UNSERE HAUSMANNSKOST

vom 17.08.2026 bis 23.08.2026 (KW34)

»BODDENHUS«

03834 - 85320

boddenhus@volkssolidaritaet.de

VOLKSSOLIDARITÄT
Nordost

GERICHT 1

MO

Paniertes Schweinekotelett mit
Mischgemüse und Salzkartoffeln^{1,3,7}
8,50 €

DI

Königsberger Klopse in Kapernsoße
mit Salzkartoffeln^{1,3,7,12}
7,90 €

MI

Bratwurst mit Bayrisch Kraut und
Salzkartoffeln^{12,17}
7,90 €

DO

Hühnerfrikassee mit Spargel, Erbsen
und Champignons, dazu Reis^{7,12}
7,90 €

FR

Sahnehering mit Pellkartoffeln,
Krautsalat^{3,4,7,10,12}
8,50 €

SA

Hähnchenkeule mit Kirschkohl,
Thymiansoße
und Salzkartoffeln^{7,12,17}
8,90 €

SO

Kasselerbraten in Soße mit
Ananassauerkraut und
Salzkartoffeln^{12,17}
8,90 €

GERICHT 2

Kleine Pellkartoffeln mit
hausgemachten Kräuterquark⁷
6,90 €

4 Kartoffelpuffer mit
Apfelmus^{1,3,7,12}
6,90 €

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

Jägerschnitzel mit Tomatensoße
und Spirelli^{1,3,7,12,17}
7,50 €

Deftiger Erbseneintopf mit
einer Rauchwurst^{9,10}
7,50 €

Bauernsülze mit Remoulade und
Kartoffelecken^{7,9,10,12}
7,50 €

Nudelaufwurf mit Kochschinken
und Käse überbacken^{1,6,7,9,10}
7,50 €

GERICHT 3

Spargelsuppe mit Brokkoli und
hausgebackenen Buchweizenbrot⁶
6,90 €   

Hähnchen in Süßkartoffel-
blumenkohlcurry mit Vollkornreis
7,90 €  

Rührei mit Kokos-Rahm-Spinat
und Biokartoffeln⁶
7,20 €   

Kidneybohnenboulette mit Brokkoli
zum Überfüllen und Biokartoffeln^{6,9}
7,90 €   

Fruchtiger Hafermilchreis mit
Apfelmark und Zimt¹⁶
7,20 €  



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

Rotkrautsalat mit Tahini^{11,17}
1,90 €   

Gurken-Radieschensalat¹⁷
1,90 €   

Hausgemachter Möhrensalat mit
gerösteten Sesam^{11,17}
1,90 €   

Gemischter Krautsalat¹⁷
1,90 €   

Paprikasticks
1,90 €   

Großer Chefsalat mit Kochschinken
und gekochten Ei, dazu
Joghurtdressing^{3,7,16}
6,50 €

Griechischer Bauernsalat
mit Feta^{7,12,16}
6,50 €

DESSERT

Gartenfrucht-Buttermilchdessert^{7,19}
1,90 € 

Pfirsich-Maracujajoghurt⁷
1,90 € 

Vanillepudding mit
Schokoladensoße⁷
1,90 € 

Sahnequark mit
Ananaskompott⁷
1,90 € 

Apfelmus mit Vanillesoße
und Zimt^{7,16,17,19}
1,90 € 

Bayrische Creme mit Erdbeeren^{3,7}
1,90 € 

Zitronencreme
mit Schokoraspeln^{7,19}
1,90 € 



Unsere La Mamas kochen am 20.08.2024 | Dessert

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