

21.09.2026 bis 25.09.2026

Speisekarte

Montag

Möhren-Mango-Suppe (G) mit Gemüsechips

6,90 €

Dienstag

Vollkornpasta mit Linsenbolognese (A) und Blattsalat

7,90 €

Dessert: Naturjoghurt mit Beeren (G)

2,90 €

Mittwoch

Kartoffelstampf (G) mit Sauerkraut und Bratwurst (3,7)

8,90 €

Dessert: Rote Grütze mit Vanillesoße (G)

2,90 €

Donnerstag

Chili sin Carne mit Reis

7,90 €

Dessert: Mango-Grieß-Dessert (G)

3,50 €

Freitag

Kartoffel-Sellerie-Gratin (G) mit Weißkohlsalat

7,90 €

AQA des ASB mbH, Bachstr. 11, 67697 Otterberg Tel: 06301 6096 973



28.09. - 02.10. 2026

Speisekarte

Montag

Herbstliche Kürbis-Lasagne (G) mit Salat

7,90 €

Dienstag

Paprika-Reis-Suppe mit Hackbällchen

7,90 €

Mittwoch

Gemüse-Chili mit Bulgur (A)

7,90 €

Dessert: Kürbis-Blechkuchen (A, C, Nüsse)

3,50 €

Donnerstag

Fischstäbchen-Auflauf (G, D) mit Blattsalat

8,90 €

Freitag

Kürbis-Korma mit Reis und Salat

7,90 €

Dessert: Mango-Lassi mit 1 Bällchen Vanilleeis

4,90 €



05.10.2026 - 09.10.2026

Speisekarte

Montag

Gnocchi-Pfanne mit Salat

7,90 €

Dienstag

**Spinatknödel mit jungem Kohlrabigemüse (G, A)
mit Salat**

7,90 €

Mittwoch

**Kartoffel-Kürbis-Cremesuppe (G) mit Kürbis-
Pflaumen-Kuchen (A)**

7,90 €

Donnerstag

Rosenkohl-Steckrüben-Curry mit Reis

7,90 €

Freitag

**Fisch-Nuggets mit Erbsen-Möhren-Gemüse und
Kartoffelstampf**

8,90 €

AQA des ASB mbH, Bachstr. 11, 67697 Otterberg Tel: 06301 6096 973



12.10.2026 - 16.10.2026

Speisekarte

Montag

Kartoffelgulasch Szegediner Art mit Baguette(A)

6,90 €

Dessert: Pfannkuchen (A) mit Zwetschgenkompott

3,50 €

Dienstag

Graupenrisotto (G) mit Kürbis und Salat

7,90 €

Mittwoch

Murgh Makhni - indisches Butterchicken (G) mit Erbsenreis

8,90 €

Donnerstag

Maiscremesuppe (G) mit Baguette (A)

6,90 €

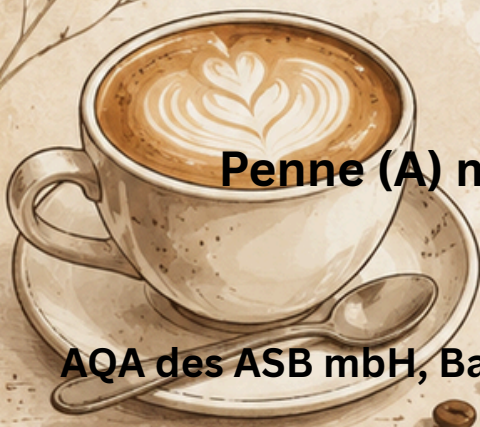
Dessert: Kirsch-Bananen-Muffins (A) und 1 Bällchen Eis nach Wahl

4,50 €

Freitag

Penne (A) mit Spinatsoße (G) und rote Beete

6,90 €



AQA des ASB mbH, Bachstr. 11, 67697 Otterberg Tel: 06301 6096 973

19.10.2026 - 23.10.2026

Speisekarte

Montag

Bunte Gemüse-Frittata mit frischem Salat

6,90 €

Dienstag

Bifteki A, C, G, Djuvec Reis und selbstgemachtes Tzatziki G

8,90 €

Mittwoch

Kirschmichel (A, Haselnüsse) mit Vanillesoße (G)

6,90 €

Donnerstag

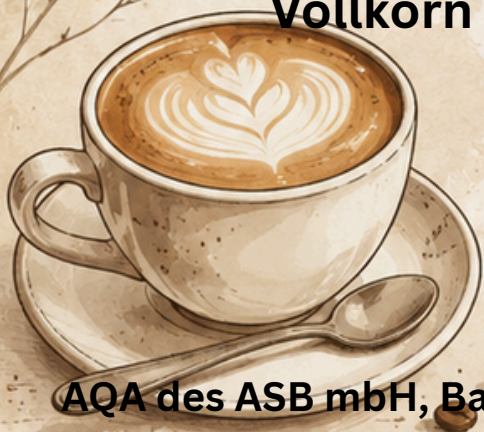
Linsen-Kokos-Suppe mit Würstchen (3, 7) dazu Vollkornbaquette (A)

7,90 €

Freitag

Vollkorn Reis Falafel Pfanne mit Salat

7,90 €



26.10.2026 - 30.10.2026

Speisekarte

Montag

Erbseneintopf mit gerösteten Möhren und Tofu (Soja)

7,60 €

Dienstag

Blumenkohl-Caponata mit Sauerteigbrot

7,90 €

Mittwoch

Vollkornnudeln (A) mit einer fruchtigen Tomaten-Gemüsesauce

6,90 €

Dessert: Süßkartoffel-Brownies (A, C, Nüsse) und 1 Kugel

Zimteis

4,50 €

Donnerstag

Lachs-Lasagne (A, C, D, G) mit frischem Salat

8,90 €

Freitag

Magische Hexenkesselsuppe (Rote-Bete-Kokos-Suppe) mit Vollkornbrot (A, C)

7,90 €

Dessert: Kürbis-Monster-Muffins (A) und 1 Kugel

Vanilleeis

4,50 €



AQA des ASB mbH, Bachstr. 11, 67697 Otterberg Tel: 06301 6096 973