

# Lebensfreude

Ausgabe 6/2018

Keine Abo-Verpflichtung  
Einzelbestellung möglich  
Jetzt noch mehr Auswahl

## Monatsmagazin des DRK-Menüservice



Ab Juni 2018 ergänzen 60 neue Menüs und leckere Salate das Angebot – neu ist die Rubrik "Für den kleinen Hunger".



Püree-Menüs "winVitalis"

Bilanz Kältehilfe 2017/2018



**Deutsches Rotes Kreuz**   
**Menüservice**



**030 / 600 300 400**

[www.drk-berlin.de/menueservice](http://www.drk-berlin.de/menueservice)

Ihre Menüpläne  
vom 21. Mai 2018  
bis 17. Juni 2018





### Liebe Leserinnen und Leser,

endlich ist wieder Spargel-Saison. Gefühlt hat samstags beim Einkaufen jeder ein Päckchen Spargel im Einkaufsnetz. In Deutschland verzehrt jeder durchschnittlich 1,5 Kilogramm Spargel pro Jahr.

In dieser Ausgabe gehen wir in die zweite Runde mit unseren Spargelmenüs, die bis zum 24. Juni auf unserem Speiseplan stehen. Allen, die auf

Fleisch nicht verzichten möchten, empfehle ich unser "Schweinegeschnetzeltes in cremiger Kräutersoße mit Spargel-Kartoffel-Ragout und Champignons". Das können Sie für den 2. und 17. Mai bestellen. Wer es lieber vegetarisch mag, kommt mit "Bandnudeln mit weißem und grünem Spargel in einer feinen Thymian-Zitronen-Soße" auf seine Kosten. Diese mediterrane Köstlichkeit steht am 9. Mai auf dem Speiseplan.

Ich wünsche Ihnen „Guten Appetit!“.

Ihr

Sven Baumgart, Kundenservice Berliner Rotes Kreuz



### Mailed

Wie herrlich leuchtet  
Mir die Natur!  
Wie glänzt die Sonne!  
Wie lacht die Flur!

Es dringen Blüten  
Aus jedem Zweig  
Und tausend Stimmen  
Aus dem Gesträuch

Und Freud' und Wonne  
Aus jeder Brust.  
O Erd', o Sonne!  
O Glück, o Lust!

O Lieb', o Liebe!  
So golden schön,  
Wie Morgenwolken  
Auf jenen Höhen!

Du segnest herrlich  
Das frische Feld,  
Im Blütendampfe  
Die volle Welt.

O Mädchen, Mädchen,  
Wie lieb' ich dich!  
Wie blickt dein Auge!  
Wie liebst du mich!

So liebt die Lerche  
Gesang und Luft,  
Und Morgenblumen  
Den Himmelsduft,

Wie ich dich liebe  
Mit warmem Blut,  
Die du mir Jugend  
Und Freud' und Mut

Zu neuen Liedern  
Und Tänzchen gibst.  
Sei ewig glücklich,  
Wie du mich liebst!

(Johann Wolfgang von Goethe)

## Wir erweitern unser Angebot!

### Neue Menüs und neue Preise



## Mehr Auswahl für mehr Genuss

### Der DRK-Menüservice erweitert sein Angebot um neue Menü-kreationen und Spezialangebote.

Ab Juni 2018 finden Sie in unserem Speiseplan rund 60 neue Menüs. Außerdem gibt es dann die neue Kategorie "Für den kleinen Hunger". Darüber hinaus bieten wir erstmals auch regelmäßig Salate an. Außerdem finden Sie in unserem Speiseplan künftig auch Informationen zu den Püree-Menüs "winVitalis".

### Erste Appetithappen

Ganz gleich, ob Sie es lieber deftig mögen oder die leichte Küche bevorzugen, für jeden ist etwas bei unserem erweiterten Angebot dabei.

- Seelachsfilet in mediterraner Tomatensoße mit Grill-Gemüse und Kartoffelwürfeln
- Gepökelter Schinkenbraten in Soße mit Wirsing und Salzkartoffeln



Mehr Auswahl durch 60 neue Menüs.

### Reichhaltiges Salatangebot

Salatliebhaber können ab 18. Juni aus vielen Salat-Klassikern wählen, wie z. B. "Feldsalat mit Balsamico-Dressing" oder "Rote Bete Salat", aber auch aus leckeren Kreationen wie "Hanseatensalat mit American-Dressing" und "Gärtnerinsalat mit French-Dressing".

Der Unterschied zwischen French-Dressing und American-Dressing ist schnell erklärt:

- Die Amerikaner lieben es eher deftig, also heißt die Salatsauce aus Mayonnaise und Sahne "American-Dressing".
- Die Franzosen schwören dagegen auf ihre Vinaigrette, und die besteht bekanntermaßen aus Essig, Öl, Senf, Gewürzen und Kräutern. "French-Dressing" ist nur eine andere Bezeichnung für Vinaigrette.



Salate runden das Angebot ab.

### Neue Preise

Seit 1972 kennen Sie uns als zuverlässigen und leistungsstarken Partner im Bereich Essen auf Rädern in Berlin und wissen, dass unser Preis-Leistungs-Verhältnis sehr gut ist. Durch langfristige Verträge mit unseren Geschäftspartnern konnten wir die Preise drei Jahre stabil halten. Bitte haben Sie Verständnis, dass nun eine Änderung notwendig ist. Um unseren hohen Qualitätsstandard zu halten, passen wir unsere Preise ab dem 21. Mai 2018 an. Wir freuen uns darauf, Sie auch in Zukunft mit unseren hochwertigen Produkten zu beliefern.

### Püree-Menüs "winVitalis"

"winVitalis" bietet genussvolle Mahlzeiten für besondere Ernährungssituationen. Die fein pürierten Spezialmenüs erleichtern die Nahrungsaufnahme bei Kau- und Schluckbeschwerden. Auch bei geringem Appetit liefern diese Menüs ausreichend Nährstoffe und Kalorien. Und das für alle Mahlzeiten des Tages:

- Hochkalorische Cremesuppen zur Vorbeugung von Mangelernährung
- Herzhafte Mittagmahlzeiten
- Fein pürierte Zwischenmahlzeiten zum Frühstück und Abendbrot

Weitere Informationen zu den Püree-Menüs erhalten Sie bei unserem Kundenservice.

**Möchten Sie mehr über unsere neuen Menüs und Preise wissen? Wir beraten Sie gerne!**  
Telefon: 030 / 600 300 400



Püree-Menüs bei Kaubeschwerden.



## Hilfe auf Augenhöhe

### Bilanz Kältehilfe-Saison 2017/18

Das Team des DRK-Wärmebusses hatte in seiner 9. Saison Kontakt zu 1.842 Menschen ohne Unterkunft. Vom 1. November 2017 bis zum 30. März 2018 waren die DRK-Helfer in 140 Nächten von 18 bis 24 Uhr in Berlin unterwegs.

Die Zahl der Kontakte zu Personen ohne Obdach ist im Vergleich zu der Vorsaison um über sieben Prozent gestiegen. Bei den Fahrten in die Notunterkünfte war der Anstieg weitaus dramatischer. Hier ist ein Plus von 20 Prozent zu verzeichnen. Damit zeichnete sich auch in

dieser Kältehilfesaison eine große Nachfrage der mobilen Hilfe ab. 20 ehrenamtliche Helfer und vier sozialpädagogisch geschulte Honorarkräfte gaben auch in dieser Saison wieder Schlafsäcke und wärmende Winterkleidung aus.

An den besonders kalten Tagen Ende Februar hatten Ehrenamtliche der Kreisverbände Steglitz-Zehlendorf und Berlin-Zentrum das Team des Wärmebusses unterstützt. Bei Temperaturen unter -10 Grad waren sie in acht Nächten mit drei zusätzlichen Bussen unterwegs.





**Lebensfreude**

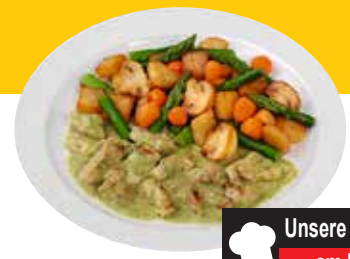
Empfehlung. Doch nur Sie selbst entscheiden, was Ihnen am besten schmeckt.



Unsere Empfehlung am Montag



Unsere Empfehlung am Dienstag



Unsere Empfehlung am Mittwoch



Unsere Empfehlung am Donnerstag



Unsere Empfehlung am Freitag

**Bestellschein**

Kalenderwoche **22**

Menü		1	2	3	4	5	6	7
Menü des Tages		Vielfältig und lecker	Leichte Kostlichkeiten	Deftiges aus Mutters Küche	Gaumenschmaus	Berliner Lieblingsmenüs	Für den kleinen Hunger	
€*		6,50 €*	7,10 €*	6,60 €*	6,90 €*	8,95 €*	7,10 €*	6,25 €*
<b>Mo</b>	1 2 3 4 5 6 7	Mo						
28.05.		28.05.						
<b>Di</b>	1 2 3 4 5 6 7	Di						
29.05.		29.05.						
<b>Mi</b>	1 2 3 4 5 6 7	Mi						
30.05.		30.05.						
<b>Do</b>	1 2 3 4 5 6 7	Do						
31.05.		31.05.						
<b>Fr</b>	1 2 3 4 5 6 7	Fr						
01.06.		01.06.						
<b>Sa</b>	1 2 3 4 5 6 7	Sa						
02.06.		02.06.						
<b>So</b>	1 2 3 4 5 6 7	So						
03.06.		03.06.						

Änderungen vorbehalten \*\* kann enthalten 1,3,M,Me,La  
 Kreuzen Sie Ihre Wunsch-Menüs an und senden Sie uns den ausgeschnittenen Bestellschein per Post zu oder geben Sie ihn bitte Ihrem Menükurier mit. Vergessen Sie nicht, Ihre Adresse und Kundennummer auf der Rückseite einzutragen.

**Deutsches Rotes Kreuz**

1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel 7 = gewachst 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz ∑ = mit Alkohol ☒ = vegetarisch ☒ = ohne Gluten ☒ = ohne Laktose  
 Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fisch G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere La = Laktose M = Milch Me = Milcheiweiß S = Sellerie Sb = Sojabohnen Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter [www.drk-berlin.de/artikelinfo](http://www.drk-berlin.de/artikelinfo) oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

- = Apfelkuchen G, G1, M, Me, La
- = Kirschkuchen je 1,75 € G, G1, Ei, M, Me, La
- = Butterkuchen G, G1, M, Me, La, Sf, Sf1

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Zuschlag von € 0,45 pro Menü

**Ein leckeres Dessert rundet Ihre Mahlzeit ab!**  
 Einfach auf dem Bestellschein „Dessert“ ankreuzen, und schon überraschen wir Sie an dem entsprechenden Tag mit einer kleinen Leckerei.  
 Preis je Dessert: **0,69 €**



Unsere Empfehlung am Samstag



Unsere Empfehlung am Sonntag

Bestellen Sie per Bestellschein oder per Telefon:  
**600 300 400**  
 Noch einfacher geht's per Internet:  
[www.drk-berlin.de](http://www.drk-berlin.de)

# Lebensfreude

Genießen Sie nach Herzenslust die leckersten Menüs. Jeden Tag haben Sie die Wahl zwischen 7 herrlichen Gerichten.



Kunden Nr. \_\_\_\_\_

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Bitte Rückgabe des Bestellscheins möglichst bis spätestens: **28.05.18**

Menü	1	2	3	4	5	6	7
	<b>Menü des Tages</b>	<b>Vielfältig und lecker</b>	<b>Leichte Köstlichkeiten</b>	<b>Deftiges aus Mutters Küche</b>	<b>Gaumenschmaus</b>	<b>Berliner Lieblingsmenüs</b>	<b>Für den kleinen Hunger</b>
€*	<b>6,50 €*</b>	<b>7,10 €*</b>	<b>6,60 €*</b>	<b>6,90 €*</b>	<b>8,95 €*</b>	<b>7,10 €*</b>	<b>6,25 €*</b>
<b>Mo</b>	Spaghetti „Napoli“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln <small>G,G1,Ei</small>	Herzhafter Spinatpfannkuchen mit Frischkäsefüllung dazu Bohnen-Tomaten-Gemüse und Kartoffelwürfel <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein <small>3,20,5</small>	***Spargel-Menü*** Zarte Hähnchenmedaillons in Orangen-Buttersoße mit Spargelstückchen, dazu Kartoffeln mit Schale <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi <small>G,G1,F,M,Me,La,Sn</small>	Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>
04.06.	4321 ● L	4001 ●	4589 ● L	4641 ●	4781 ●	4433 ● L	4573 ● L
<b>Di</b>	Asiatische süß-saure Gemüsepfanne dazu Reis <small>G,G1,Sb,Sn</small>	Schweinebraten in einer Malz-Kümmelsoße mit bayrischem Weißkohl-Gemüse und Tiroler Speckklößen <small>20,G,G1,G3,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Creimige Erbsensuppe mit Gemüseeinlage <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree <small>G,G1,F,M,Me,La</small>	Rinderschmorbraten in kräftiger Soße mit grünen Bohnen und Speckklößen <small>20,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Klopse „Königsberger Art“ aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Hühnerfrikassee mit feinem Spargel dazu bunter Gemüseris <small>G,G1,M,Me,La,S</small>
05.06.	4591	4148 ●	4683 ● L	4429 ● L	4240 ●	4079 ● L	4797 ●
<b>Mi</b>	Zarte Heringsfilets in Sahnesoße mit Salzkartoffeln <small>3,Fi,Ei,Me,La</small>	Spaghetti Bolognese mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein <small>G,G1,Ei,S</small>	Quark-Grieß-Auflauf mit Aprikosen-Apfel-Kompott <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	***Spargel-Menü*** Bandnudeln mit weißem und grünem Spargel in einer feinen Thymian-Zitronen-Soße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Gedünstetes Lachsfilet in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln <small>G,G1,F,M,Me,La,S</small>	Schlachtplatte (Leberklöß, Blutwurst und Eisbeinfleisch) auf dicken Bohnen mit Specksoße, dazu Stampfkartoffeln <small>3,20,G,G1,G3,Ei,M,Me,La,S</small>	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln <small>M,Me,La,S,Sn</small>
06.06.	4999 ●	4584 ●	4536 L	4579 ● L	4411 ●	4059 ●	4231 ● L
<b>Do</b>	Gemüseintopf nach „Gärtnerin Art“ mit frittierten Mettbällchen vom Schwein <small>G,G1,Ei,S</small>	Zarte Hähnchenfilets in Mascarpone-Bärlauch-Soße dazu Fingermöhren und Kräuterreis <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen <small>10,M,Me,La</small>	Rostbratwürstchen „Fränkischer Art“ vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree <small>3,M,Me,La</small>	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln <small>20,G,G1,S,Sn</small>	Südländische Gemüse-Nudelpfanne „vegetarisch“ mit Tomaten und Paprika <small>G,G1,Ei</small>	Reibekuchen mit Apfelmus <small>G,G1,Ei</small>
07.06.	4612 ● L	4725 ● L	4501 ● L	4021	4221 ●	4549 ●	4557 L
<b>Fr</b>	Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott <small>9,G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße, dazu buntes Möhregemüse und Salzkartoffeln <small>Fi,M,Me,La,S</small>	Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art“ in Champignonsoße mit Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein <small>3,20,M,Me,La,S</small>	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>
08.06.	4080 ● L	4590 ● L	4732 ●	4477 ● L	4153 ●	4609 ●	4040 ● L
<b>Sa</b>	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker <small>M,Me,La</small>	Panierter Alaska-Seelachs in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel <small>G,G1,F,M,Me,La,S,Sn</small>	Weißer Bohneneintopf <small>S</small>	Hähnchengyros auf Weißkohl-Zwiebel-Gemüse, dazu Tomaten-Gemüse-Reis <small>Sn</small>	Zartes Gulasch vom Hirsch in feiner Rotweinsauce mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	„Himmel und Erde“ Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratenwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein <small>3,G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße mit Möhregemüse und Stampfkartoffeln <small>20,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>
09.06.	4539 L	4472 ● L	4624 ●	4726 ●	4319 ●	4378 ● L	4022 ● L
<b>So</b>	Vegetarischer Steckrübeneintopf	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art“ mit Langkornreis <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	***Spargel-Menü*** Weißer Stangenspargel mit Soße à la Hollandaise, dazu ein Schweineschnitzel und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Süßer Kirschmichel mit Vanillesoße <small>G,G1,G3,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1</small>	Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf <small>S</small>
10.06.	4627 ● L	4297 ● L	4745 ● L	4458 ● L	4188 ●	4509	4608 ● L

Menü	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert**	Kuchen
<b>Mo</b>	1	2	3	4	5	6	7		
04.06.									
<b>Di</b>	1	2	3	4	5	6	7		
05.06.									
<b>Mi</b>	1	2	3	4	5	6	7		
06.06.									
<b>Do</b>	1	2	3	4	5	6	7		
07.06.									
<b>Fr</b>	1	2	3	4	5	6	7		
08.06.									
<b>Sa</b>	1	2	3	4	5	6	7		
09.06.									
<b>So</b>	1	2	3	4	5	6	7		
10.06.									

1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel 7 = gewachst 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz ∇ = mit Alkohol ☒ = vegetarisch ☞ = ohne Gluten ☞ = ohne Laktose  
 Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fisch G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere La = Laktose M = Milch Me = Milcheiweiß S = Sellerie Sb = Sojabohnen Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter [www.drk-berlin.de/artikelinfo](http://www.drk-berlin.de/artikelinfo) oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.



**NEU**

Gerne bieten wir Ihnen auch pürierte Menüs an. Sprechen Sie uns einfach an.

- samtig-fein püriert, appetitlich geformt, natürlicher Geschmack
- wenn das Kauen und Schlucken schwer fällt



= Apfelkuchen G,G1,M,Me,La  
 = Kirschkuchen G,G1,Ei,M,Me,La je 1,75 €  
 = Butterkuchen G,G1,M,Me,La,Sf,Sf1  
 \* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Zuschlag von € 0,45 pro Menü

**Bestellen Sie per Bestellschein oder per Telefon:**

**600 300 400**

Noch einfacher geht's per Internet:  
[www.drk-berlin.de](http://www.drk-berlin.de)

Änderungen vorbehalten \*\* kann enthalten 1,3,M,Me,La

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Tag vor der Lieferung Mo. - Fr. bis 13.00 Uhr mitteilen. In diesen dringenden Fällen empfiehlt sich die Bestellung per Telefon. Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.





# Lebensfreude

Beachten Sie bitte unsere tägliche Menü-Empfehlung. Doch nur Sie selbst entscheiden, was Ihnen am besten schmeckt.



Unsere Empfehlung am Montag



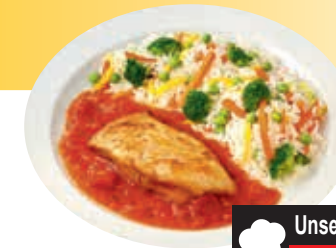
Unsere Empfehlung am Dienstag



Unsere Empfehlung am Mittwoch



Unsere Empfehlung am Donnerstag



Unsere Empfehlung am Freitag

## Bestellschein

Kalender-woche **24**

Bestellschein									Menü	1	2	3	4	5	6	7	
Menü	Menü	Menü	Menü	Menü	Menü	Menü	Menü	Menü	€*	Menü des Tages	Vielfältig und lecker	Leichte Köstlichkeiten	Deftiges aus Mutters Küche	Gaumenschmaus	Berliner Lieblingsmenüs	Für den kleinen Hunger	
Mo	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert**	Kuchen	<b>Mo</b>	Mini-Frikadellen in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4081	Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch <sup>S</sup> 4645 ● L	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker <sup>M,Me,La</sup> 4539 L	Linsen-Kartoffel-Bällchen mit Ratatouille-Gemüse <sup>G,G4,Ei</sup> 4592 ●	Zwei Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln <sup>G,G1,M,Me,La,S</sup> 4086	Rinderroulade in kräftiger Bratensoße mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle <sup>20,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</sup> 4203 ●	Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis <sup>G,G1,M,Me,La,S,Sn</sup> 4744 ● L
11.06.																	
Di	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert		<b>Di</b>	Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis <sup>G,G1,M,Me,La,S</sup> 4780 ● L	Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese <sup>G,G1,G3,S</sup> 4552 ● L	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup> 4098 ●	Apfelstrudel mit Vanillesoße <sup>G,G1,M,Me,La</sup> 4512	Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle <sup>20,G,G1,Ei,Sn</sup> 4154 ●	Deftiger Möhreintopf mit gekochtem Schweinebauch <sup>S</sup> 4625 ●	Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</sup> 4219 ● L
12.06.																	
Mi	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert		<b>Mi</b>	Klassischer Hühnersuppentopf <sup>G,G1,Ei</sup> 4621 ● L	Klopse „Königsberger Art“ aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup> 4079 ● L	Hausgemachte Erbsensuppe mit Räucherendchen vom Schwein <sup>3,20,S</sup> 4626 ● L	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Soße mit Rüben-Gemüse und Salzkartoffeln <sup>G,G1,M,Me,La,S,Sn</sup> 4734 ● L	Rinderleber „Berliner Art“ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln <sup>G,G1,M,Me,La,S</sup> 4282 ●	Spaghetti Bolognese mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein <sup>G,G1,Ei,S</sup> 4584 ●	Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</sup> 4553 ● L
13.06.																	
Do	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert		<b>Do</b>	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Pflaumenkompott <sup>10,G,G1,M,Me,La</sup> 4513 ● L	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln <sup>G,G1,F,M,Me,La,S</sup> 4465 ● L	Käsespätzle mit Röstzwiebelgarnitur <sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup> 4558 ●	***Spargel-Menü*** Schweinegeschnetzeltes in einer cremigen Kräutersoße, dazu ein Spargel-Kartoffel-Ragout mit Champignons <sup>M,Me,La,S</sup> 4100 ●	Kalbfleisch in Sahnesoße mit Kohlrabi und Stampfkartoffeln <sup>G,G1,M,Me,La,S,Sn</sup> 4840 ●	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup> 4554 ● L	Gebratene Geflügelfleischbällchen in herzhafter Brokkoli-Rahmsoße mit Spiralnudeln <sup>G,G1,M,Me,La,S,Sn</sup> 4764 ● L
14.06.																	
Fr	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert		<b>Fr</b>	Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken <sup>3,20,G,G1,M,Me,La,S</sup> 4551 ●	Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüsereis 4798 ● L	Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln <sup>G,G1,Ei,S,Sn</sup> 4023 ● L	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis <sup>G,G1,Ei,S</sup> 4016 ●	Gedünstetes Buntbarschfilet in Dillsoße dazu eine bunte Gemüse Mischung und Salzkartoffeln <sup>G,G1,F,M,Me,La,S</sup> 4496 ●	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch <sup>5,Sn</sup> 4644 ● L	Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle <sup>G,G1,Ei,S</sup> 4146 ● L
15.06.																	
Sa	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert		<b>Sa</b>	Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</sup> 4080 ● L	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</sup> 4748 ● L	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott <sup>10,G,G1,Ei,M,Me,La</sup> 4524 ● L	Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art“ mit Langkornreis <sup>G,G1,M,Me,La,S</sup> 4745 ● L	Schweinemedallions in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup> 4176 ●	Currywurst mit Kartoffelspalten <sup>3,Sn</sup> 4088	Wirsingroulade in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln <sup>G,G1,S,Sn</sup> 4060 ●
16.06.																	
So	1	2	3	4	5	6	7	Des- sert		<b>So</b>	In Vollmilch gekochter Milchreis mit Kirschsoße <sup>10,M,Me,La</sup> 4537 ● L	Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln <sup>M,Me,La,S,Sn</sup> 4158 ● L	Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein <sup>3,20,S,Sn</sup> 4606 ●	***Spargel-Menü*** Zarte Hähnchenmedallions in Orangen-Buttersoße mit Spargelstückchen, dazu Kartoffeln mit Schale <sup>G,G1,M,Me,La,S</sup> 4781 ● L	Ente „asiatisch“ in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis, 4794 ●	Panierte Hähnchen-Happen (aus Hähnchenbrustformfleisch) mit Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree <sup>G,G1,M,Me,La,S</sup> 4747 ● L	Rindfleisch in Meerrettichsoße dazu Erbsen „naturell“ und Salzkartoffeln <sup>G,G1,M,Me,La</sup> 4206 ● L
17.06.																	

Änderungen vorbehalten \*\* kann enthalten 1,3,M,Me,La  
 Kreuzen Sie Ihre Wunsch-Menüs an und senden Sie uns den ausgeschnittenen Bestellschein per Post zu oder geben Sie ihn bitte Ihrem Menükurier mit. Vergessen Sie nicht, Ihre Adresse und Kundennummer auf der Rückseite einzutragen.

**Deutsches Rotes Kreuz** **Menüservice**

Bundesallee 73 • 12161 Berlin • Fax 030/600 300 900  
 e-mail: service@drk-berlin.de

1 = mit Farbstoff 2 = mit Konservierungsstoff 3 = mit Antioxidationsmittel 7 = gewachst 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz ∞ = mit Alkohol ☒ = vegetarisch ☒ = ohne Gluten ☒ = ohne Laktose  
 Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fisch G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere La = Laktose M = Milch Me = Milcheiweiß S = Sellerie Sb = Sojabohnen Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter [www.drk-berlin.de/artikelinfo](http://www.drk-berlin.de/artikelinfo) oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

- = Apfelkuchen<sup>G,G1,M,Me,La</sup>
  - = Kirschkuchen<sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup> je 1,75 €
  - = Butterkuchen<sup>G,G1,M,Me,La,Sf,Sf1</sup>
- \* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Zuschlag von € 0,45 pro Menü

**Ein leckeres Dessert rundet Ihre Mahlzeit ab!**  
 Einfach auf dem Bestellschein „Dessert“ ankreuzen, und schon überraschen wir Sie an dem entsprechenden Tag mit einer kleinen Leckerei.  
**Preis je Dessert: 0,69 €**



Unsere Empfehlung am Samstag



Unsere Empfehlung am Sonntag

Bestellen Sie per Bestellschein oder per Telefon:  
**600 300 400**  
 Noch einfacher geht's per Internet:  
[www.drk-berlin.de](http://www.drk-berlin.de)

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Leichte Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind) ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35 g Fett)

Handlungsreisender	lat.: siehe da!	schrieb „Harry Potter“ (Joanne K.)	Zeichen für Thallium	Maschinenmensch	▼	nicht dieses, sondern ...	gefüllte Liebesgötter	▼	Ausflug (engl.)	großer Fluss	Mutter Jesu	▼	Gliederheizkörper	Be-wohner Vorderasiens	Abk.: Encapsulated PostScript	bergen		
▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	Autoanlasser	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶		
Hafen am Panamakanal	▶	▶	▶	▶	▶	Ausflug zu Pferd	○ 5	▶	▶	▶	Schmetterlingslarve	▶	▶	▶	▶	▶		
Luftwiderstandsbeiwert	▶	▶	Jazzstil	▶	▶	▶	▶	▶	Mühlenbesitzer	▶	lat.: das ist (2 W.)	▶	▶	▶	○ 1	▶		
▶	▶	▶	▶	▶	○ 15	ital.: Getränke	▶	Haar der Angoraziege	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	schicksalhaftes Leid		
griech. Sonnengott	Hauptstadt von Aargau	▶	Essgeräte-satz	▶	▶	indischer Fürstinentitel	▶	▶	▶	▶	Biene	Sammlung von Unterlagen	▶	▶	▶	▶		
religiös verehren	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	westafrik. Staat	▶	innerbetrieblich	▶	▶	▶	▶	▶	▶		
▶	▶	▶	▶	▶	Brot rösten	▶	schmutziges Elendsviertel	▶	▶	▶	○ 6	Schneeleopard	▶	Frühlingsmonat	▶	Abscheu empfinden		
fettarm	Leiter eines Gesangsvereins	▶	▶	Rüge, Verweis	▶	▶	▶	▶	▶	Luftspiegelung (franz.)	▶	▶	▶	▶	▶	▶		
turbulentspannende Handlung (engl.)	▶	▶	▶	▶	▶	▶	Zugezogener	▶	○ 7	▶	▶	▶	Spielkartenfarbe orthodoxer Altarraum	▶	▶	▶		
▶	▶	○ 14	▶	▶	großer Greifvogel	▶	▶	▶	▶	▶	folglich, mithin	▶	▶	masstloses Fischerboot	▶	▶		
Stille	männl. Haustier Abk.: Digital Versatile Disk	▶	▶	○ 13	▶	▶	schmaler Durchlass	▶	Unschuldsbeweis Dienstordnung	▶	▶	▶	▶	▶	▶	Mississippi-Zufluss		
Abk.: Deutsches Rotes Kreuz	▶	▶	▶	▶	Teil eines Satzes	▶	▶	▶	▶	▶	Zitterpappel	▶	▶	▶	○ 17	▶		
Abk.: vor der	▶	▶	Trauben-ernte	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	Friseur-geschäft Holz-schuh	▶	▶	Kfz-Z. Dänemark	Abk.: Nord-west	
▶	▶	▶	▶	▶	▶	span-abheben-de Ma-schine	▶	russ. Anrede: Herr Hochgrassteppe	▶	▶	▶	▶	▶	▶	○ 2	▶	▶	
amerik. Erfinder † 1931	geringe Ent-fernung	▶	heftiger Fall	▶	Tierkleid	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	○ 11	
greiser griech. Sagen-könig	▶	▶	▶	○ 4	▶	▶	▶	das Dasein	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
Teil eines Theater-stückes	▶	▶	▶	○ 9	▶	griechischer Buch-stabe	▶	tropische Echse	▶	▶	▶	ital.: Tal	▶	▶	▶	▶	▶	
Musik-übungs-stück	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	Seebad b. Genua Polizei-rat (Abk.)	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	
Kinder-tages-stätte	▶	▶	▶	▶	▶	aus eigenem Antrieb	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	○ 8	
Lager-stätte von Mi-neralien	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	▶	griech. Vorsilbe: fern	▶	▶	▶	▶	▶	▶	○ 3	○ 16

R	R	F	O	O	M	E	G	A	E	R	J	
A	M	A	L	G	A	M	M	E	G	A	E	R
D	I	N	O	V	E	L	O	U	R	S	A	R
I	S	T	R	I	E	N	N	O	U	T	P	O
T	A	T	R	A	D	U	E	T	T	S	A	D
O	S	T	S	E	E	A	A	S	Y	L	L	
G	R	A	T	L	A	U	D	I	N	E	B	E
L	L	S	H	I	R	T	G	P	A	L	M	A
S	O	L	E	I	A	B	B	U	B	I	Y	H
P	M	K	A	L	T	A	I	E	E	S	T	I
R	O	S	T	E	N	K	L	A	R	H	E	I
S	I	N	T	I	M	E	O	L	L	R	E	L
N	R	O	M	E	O	A	S	B	B	E	L	I
T	R	A	N	B	H	V	T	R	A	P	E	Z
U	F	O	R	M	A	T	I	E	R	U	N	G
R	E	S	S	O	R	T	A	U	L	K		
L	E	S	E	E	I	L	L					
T	R	D	U	E	N	N	C	H	A			
E	R	B	I	N	T	A	L	K	U	M		
R	A	A	D	I	E	U	E	T	E			

(1-7) Spargel

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----

Lösungswort im nächsten Heft.