

Speiseplan

Alle Gerichte inklusive
Tagessuppe und Beilagensalat

21. Kalenderwoche



Montag 18.05.2026

**Spaghetti mit
mediterraner
Gemüsebolognese
und Mozzarellaperlen**

Portion 12 € / kl. Portion 11 €

**„Bosporus Bowl“
Hähnchen-Döner mit
mariniertem Gemüse
Joghurtsoße und Fladenbrot**

Portion 12 € / kl. Portion 11 €

Dienstag 19.05.2026



**Kısır-Salat
(Türkischer Bulgur Salat)
mit Falafelbällchen, Minz-Dip
und Granatapfelkernen**

-pflanzlich-

Portion 12 € / kl. Portion 11 €



**Hokifilet
(pazifisches Seehechtfilet)
in pikanter Kokosmilch pochiert,
auf gebratenem Gemüse und
Mie-Nudeln**

Portion 13,50 € / kl. Portion 12,50 €

Mittwoch 20.05.2026

**„Triangolo Apatago“
Teigtaschen mit cremiger
Füllung aus weißem und
grünem Spargel und Ricotta
auf Frühlingsgemüse**

Portion 12 € / kl. Portion 11 €

**„Köfte“
Istanbuler
Rinderhackfleischküchle
auf gebackenem Gemüse
mit Tomatenreis**

Portion 13,50 € / kl. Portion 12,50 €

Donnerstag 21.05.2026



**Bio-Edelpilze
mit Gemüse
in Kräuterrahm dazu
Serviettenknödel**

Portion 13,50 € / kl. Portion 12,50 €

**„Blanquette de veau“
Kalbfleisch in Riesling
geschmort mit Spargelspitzen
und breiten Nudeln**

Portion 15,00 € / kl. Portion 14,00 €

Freitag 22.05.2026



**Natureis-Bowl
mit Brokkoli
und Sesamtofu
-pflanzlich-**

Portion 12 € / kl. Portion 11 €

**Truthahnragout
„provencial“
in Kräuter-Gemüesoße
mit Olivenkartoffeln**

Portion 13,50 € / kl. Portion 12,50 €

**AOK
Forum
by holgers**

Unsere Allergene- und Zusatzstoff-
tabelle finden Sie am Eingang. Unsere
Küche ist **BIO-ZERTIFIZIERT**. Die
verwendeten **BIO-ZUTATEN** werden
von uns entsprechend gekennzeichnet.

Offen für alle –
Willkommen im AOK Forum!
Mo–Fr, 11:30 bis 13:30 Uhr
Auch online www.holgers.bio