Hamm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Bistro im HAMTEC Münsterstraße 5 - PKW-Anfahrt über Fahrenheitstraße 59065 Hamm, Tel.: 0 23 81- 688 104 **Mittagstisch von 12.00 Uhr bis 14.00 Uhr** **Alle Speisen zum Mitnehmen**	**Penne Arrabiata (scharf)** mit frischem Parmesan und grünem Salat Nachspeise: Pfirsichjoghurt **5,90**	**Kräutergnocchis** mit Kräutergnocchis Nachspeise: Quarkspeise mit Birne **5,90**	**4 Kartoffelpuffer** mit Apfelmus Nachspeise: Schmandkuchen mit Pflaumenmus **4,50**	**Feta im Crêpemantel** mit Blattspinat Nachspeise: Nougatpudding **5,90**	**Salat** von unserem Buffet, klein oder groß (+ div. Toppings je 1,80 €) Nachspeise: Obstsalat **ab 3,20**
Bistro im HAMTEC Münsterstraße 5 - PKW-Anfahrt über Fahrenheitstraße 59065 Hamm, Tel.: 0 23 81- 688 104 **Mittagstisch von 12.00 Uhr bis 14.00 Uhr** **Alle Speisen zum Mitnehmen**	**Spießbraten** vom Schwein mit Kartoffelklößen und Brokkoli Nachspeise: Pfirsichjoghurt **6,80**	**Paniertes Schweinerücken-schnitzel „Wiener Art“** mit Pommes Frites, Preiselbeeren und Mixsalat, Nachspeise: Quarkspeise mit Birne **6,50**	**Gebackene Tintenfischringe** mit Aioli und Kartoffelecken, dazu Gurkensalat Nachspeise: Schmandkuchen mit Pflaumenmus **6,90**	**Geräucherte Mettwurst** mitSalzkartoffeln und dicken Bohnen mit Speck Nachspeise: Nougatpudding **6,20**	**Deftiger Wirsingeintopf** mit Cabanossi Nachspeise: Obstsalat **5,60**
Maximare Menü im CAFÉ Mare Jürgen-Graef-Allee 2 59065 Hamm Tel.: 02381-8783852 Alle Speisen zum Mitnehmen!	**½ Hähnchen** mit Kartoffelsalat Nachspeise: Griesflammerie mit Früchten **6,90**	**Bunter Salat** mit gebackenen Hähnchenstreifen und Paprikasalsa Vorspeise: Hühnerbrühe mit Gemüsewürfeln **7,90**	**Rinderroulade** mit Rotkohl und Kartoffeln Nachspeise: Solero Exotic mit Früchten **7,90**	**Grünkohl** mit Kasseler, Kartoffeln und Mettwurst Nachspeise: Rote Grütze mit Vanillesauce **7,50**	**Bandnudeln** in Senfsauce mit Meeresfrüchten Nachspeise: Panna Cotta mit Fruchttopping **7,90**
Maximare leichter Genuss im CAFÉ Mare Alle Speisen zum Mitnehmen!	**Gebackener Camembert** mit Preiselbeeren an einem kleinen Salat **5,90**	**Vegetarische Curry-Reispfanne** **5,90**	**Gnocchi** mit buntem Gemüse und Tomatensauce **5,90**	**Reistörtchen** auf tomatisiertem Gemüse **5,90**	**Salat** mit Gemüse-Röstiecken **5,90**
La Cantina Hamm (Finke Einrichten) Unnaer Straße 35 59069 Hamm-Rhynern Tel.: 0 23 85-9363-291 Folgende Speisen bieten wir Ihnen jeweils bis 15.00 Uhr	**Schweinesteak „Bonanza“** mit Speckböhnchen, Kräuterbutter und Country - Potatoes **7,95**	**Italienische Lasagne** mit frischen Strauchtomaten und gehobeltem Parmesan **7,95**	**Gebr. Hähnchenbrustfilet** auf Tomatensauce mit Bandnudeln und Salat **7,95**	**Deftige Linsensuppe** mit Mett -/ oder Bockwurst dazu ein ofenfrisches Brötchen **4,95**	**Feiner Backfisch** mit Remouladensauce, Petersilienkartoffeln und Salat **6,95**
Cafeteria am EVK Werler Straße 110 59063 Hamm 0 23 81 / 5 89 13 95 Alle Speisen auch im Außer-Haus-Verkauf!	**Schollenfilet paniert** mit Senfsauce, dazu Kartoffeln und Endiviensalat in Joghurt-Mandarinen-Rahm 1,9 **6,90**	**Schnitzel (Schwein)** mit Champignonrahmsauce, dazu Kartoffelgratin und Krautsalat 3 **6,30**	**Fr. Bratwurst (Schwein)** 3,4,8 mit Sauce, dazu Kartoffeln und Kohlrabi **5,90**	**Hühnersuppentopf** mit Hühnerfleisch, Eierstich, Gemüse und Broccolirösschen **4,50**	**Backfisch** mit hausgemachtem Nudelsalat **5,50**

Möchten Sie Ihr Angebot platzieren ? Telefon: 0 23 81/105-344 · Fax: 0 23 81 / 105-192 · E-Mail: medienberatung@wa.de

Ihr Horoskop für heute

Widder 21.3.-20.4.
Beruflich befinden Sie sich inzwischen auf dem richtigen Weg. Und falls es Ihnen gelingt, Ihre jetzige Zielstrebigkeit beizubehalten, können Sie schon alsbald mit einer Vergütung rechnen.

Stier 21.4.-20.5.
Zerbrechen Sie sich bitte nicht länger den Kopf über Dinge, die schon eine ganze Weile der Vergangenheit angehören. Es würde Ihnen viel mehr helfen, sich nur um das Jetzt zu sorgen.

Zwillinge 21.5.-21.6.
Sie sind augenblicklich gut drauf, wie man so sagt. Und das steigert natürlich auch Ihre Unternehmungslust. Wie wäre es, mit dem Partner zusammen etwas Tolles zu machen?

Krebs 22.6.-22.7.
Heute könnten Sie eine ganz bestimmte Bemerkung aufschnappen, die Ihnen die Augen öffnet. Der einzig gangbare Weg, den Sie zu beschreiten haben, liegt somit eindeutig vor Ihnen.

Löwe 23.7.-23.8.
Sie sind von einer neuen Bekanntschaft begeistert, und das ist auch menschlich durchaus verständlich. Allerdings müssen Sie aufpassen, dass Sie nicht über Ihre Ziele schießen!

Jungfrau 24.8.-23.9.
Es wäre gescheit von Ihnen, mal wieder etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu tun. Zu lange haben Sie beides nämlich vernachlässigt, was sich eventuell mal rächen könnte.

Waage 24.9.-23.10.
Wie wäre es, wenn Sie sich ab heute einem Gebiet widmen würden, auf dem Sie firm und nahezu unschlagbar sind? Dass Sie dann Furore machen könnten, liegt eigentlich auf der Hand!

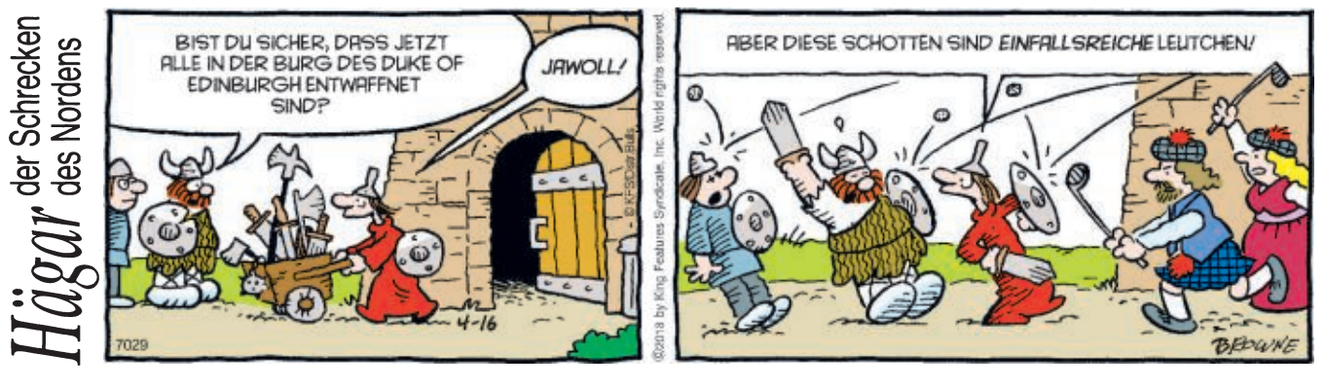
Skorpion 24.10.-22.11.
Langsam: bremsen Sie sich ein bisschen ab, denn sonst besteht die Gefahr, dass es zu einer Karambolage kommt. Fehler, die Ihnen deshalb unterlaufen könnten, wären sehr ärgerlich.

Schütze 23.11.-21.12.
Mit Ihrem jetzigen Energievorrat ist fast nichts unmöglich. Und falls Sie auch die Überlegung noch ins Spiel bringen, können Sie garantiert den einen oder anderen Erfolg verbuchen.

Steinbock 22.12.-20.1.
Was Sie jetzt brauchen, ist ein ausreichendes Maß an innerer Entspannung, weil Sie mit der Zeit erholungsbedürftig geworden sind. Beschäftigen Sie sich bloß mit angenehmen Dingen.

Wassermann 21.1.-20.2.
Setzen Sie alles daran, bei einem Ihrer neueren Projekte Ihre Individualität mit einzubringen. Schließlich wird ja Ihre nächste Zukunft weitgehend davon bestimmt, oder nicht?

Fische 21.2.-20.3.
Eine Geschichte ist noch nicht spruchreif, und dennoch zerbrechen Sie sich bereits den Kopf darüber. Lassen Sie die Dinge einfach allmählich auf sich zukommen. Das wäre besser!



im Voraus erkennen	Männer-kurz-name	Ange-höriger e. osteurop. Volks		Hack-fleisch, Wurst-füllung		Teil vieler Buch-staben	Initialen Brechts † 1956		Einlege-arbeit			afrikan. Insekt (…fliege)	Kolben-weg im Motor		Tanz auf Hawaii	Volks-gruppe in Nepal	nord-deutsch: Knecht
							Begleit-schrift	▶									
Erzieher-paar, Vater und Mutter	▶						Teil des Arzttitels (Abk.)	Schalter-stellung (engl.)	Haupt-stadt Süd-Koreas	▶					nicht ausge-schaltet	▶	
				englisch: von, aus		Mond-umlauf-zeit um die Erde	▶					Färbe-technik für Stoffe	▶				
eine Pferde-krankheit			aufge-schlos-sen	▶					englisch: ist	▶							
Lager-stätte von Petro-leum	▶							Dach-winkel	▶		W-6053						

Auflösung des letzten Rätsels

				I		I				P	U					
B	A	S	S	I	N		S	A	C	H	S	C	H	A	D	E	N
E	P	O	S		N		T	H	O	R	A		I	N	U	L	A
	O	L		S	E	L	E	N		A		A	S	P	E	K	T
	L	E	G	E	N		V	E	R	S	O						
	L	I	S	A		P	E	N	N	E	R						