

C&C

MO  
11.12.

DI  
12.12.

MI  
13.12.

DO  
14.12.

FR  
15.12.

SA  
16.12.

SO  
17.12.

Menü 1 deli-carte nur EPS 7,30€	Menü 2 7,00€ / Als Mini Mo-Fr 6,50€	Menü 3 7,30€	Menü 4 deli-carte nur EPS 7,30€	Kaltmenü nur EPS 7,00€	Menü 6 7,30€ / Als Mini Mo-Fr 6,70€	Dessert hausgemacht 0,50€	
<b>Frikadelle vom Rind</b> mit brauner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln	<b>Geflügelbolognesesauce</b> mit Käsetortellini	<b>Kartoffelauflauf</b> mit Rahm-Sauerkraut verfeinert mit Kokosnussmilch, überbacken mit jungem Gouda	<b>Schweinebraten</b> in deftiger Sauce, mit Rosenkohl und Kartoffeln	<b>Kaltmenü: Apfelstrudel</b> mit Vanillesauce	<b>Weißkohl-Hackfleischtopf</b> mit Rinderhackfleisch, dazu Polenta	<b>Dessert: Schokopudding</b>	
100g enthalten: 389 kJ, 93 kcal, ZIA: 13, 11a, 2, 17	100g enthalten: 404 kJ, 96 kcal, ZIA: 11a, 13, 17, 2	100g enthalten: 590 kJ, 140 kcal, ZIA: 13, 17, 19, 11a, 2	100g enthalten: 283 kJ, 67 kcal, ZIA: 17, 20, 11a	100g enthalten: 654 kJ, 156 kcal, ZIA: 17, 1, 11a, 2	100g enthalten: 348 kJ, 83 kcal, ZIA: 11a, 17, 20	100g enthalten: 551 kJ, 131 kcal, ZIA: 17, 4	
<b>Sauerbratengulasch</b> mit Spirelli	<b>One-Pot-Käse-Pasta</b> Gabelspaghetti in cremiger Käsesauce, verfeinert mit Blattspinat	<b>Grünkohleintopf</b> mit Kartoffeleinlage und Geflügelbratwurst	<b>Linseneintopf</b> mit Mettwurst vom Schwein	<b>Kaltmenü: Hähnchenbruststreifen</b> auf Nudelsalat mit Essig und Öl	<b>Kasselerstreifen vom Schwein</b> auf Sauerkraut mit weißen Bohnen, dazu Salzkartoffeln	<b>Dessert: Stracciatella-Quark</b>	
100g enthalten: 479 kJ, 114 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 560 kJ, 133 kcal, ZIA: 17, 19, 20, 10, 11a, 1	100g enthalten: 384 kJ, 91 kcal, ZIA: 17, 5, 7, 2, 3	100g enthalten: 340 kJ, 81 kcal, ZIA: 17, 19, 10, 5, 3	100g enthalten: 588 kJ, 140 kcal, ZIA: 11a, 9	100g enthalten: 343 kJ, 82 kcal, ZIA: 5, 3, 7	100g enthalten: 582 kJ, 139 kcal, ZIA: 17	
<b>Rinderbraten</b> in kräftiger Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln	<b>Nudel-Spinat-Bratling</b> in Champignon-Rahm-Sauce, dazu Brokkoli natur	<b>Fischfrikadelle</b> mit Remouladensauce, dazu Karottenscheiben gebunden und Salzkartoffeln	<b>Schweinerückensteak</b> in Zwiebelsauce, dazu Mischgemüse (Erbse, Mais, Karotte) und Salzkartoffeln	<b>Kaltmenü: Cevapcici vom Rind</b> mit Zaziki, auf orientalischem Bulgursalat	<b>Weißer Bohneneintopf</b> mit Wurzelgemüse, dazu Bockwurstscheiben vom Schwein	<b>Dessert: Schokoladenmilchreis</b>	
100g enthalten: 221 kJ, 53 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 295 kJ, 70 kcal, ZIA: 17, 11a, 19, 10, 2, 5, 1	100g enthalten: 693 kJ, 165 kcal, ZIA: 14, 20, 11a, 2, 13, 4, 9	100g enthalten: 286 kJ, 68 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 748 kJ, 178 kcal, ZIA: 13, 20, 11a, 2, 17, 4	100g enthalten: 354 kJ, 84 kcal, ZIA: 19, 5, 10, 3	100g enthalten: 517 kJ, 123 kcal, ZIA: 17, 2, 1	
<b>Schweinegulasch Szegediner Art</b> mit Kartoffelpüree	<b>Planted.Chicken Geschnetzeltes</b> (auf Erbsenbasis) mit Paprika und Kokosnussmilch, dazu Erbsen natur und Penne	<b>Köfte vom Rind</b> in mediterraner Tomatensauce, dazu Kartoffelpüree und Möhrensalat natur	<b>Rindercevapcici</b> in Paprikasauce, dazu Pariser Karotten und Gemüsepolenta	<b>Kaltmenü: Milchreis</b> mit Pflaumensauce	<b>Fleischkäse vom Schwein</b> auf Wirsinggemüse in Rahm und Salzkartoffeln	<b>Dessert: Vanillepudding</b>	
100g enthalten: 281 kJ, 67 kcal, ZIA: 11a, 17	100g enthalten: 389 kJ, 92 kcal, ZIA: 16, 19, 11a	100g enthalten: 412 kJ, 98 kcal, ZIA: 13, 17, 11a, 19, 2	100g enthalten: 398 kJ, 95 kcal, ZIA: 13, 20, 11a, 2, 17, 19	100g enthalten: 362 kJ, 86 kcal, ZIA: 17, 1, 2	100g enthalten: 416 kJ, 99 kcal, ZIA: 20, 10, 5, 3, 17	100g enthalten: 488 kJ, 116 kcal, ZIA: 17, 1	
<b>Curry-Hähnchenpfanne</b> indische Art Hähnchenbruststreifen mit Früchten, dazu Reis	<b>Rührei</b> mit Rahmspinat und Kartoffelpüree	<b>Kartoffelauflauf</b> mit Lachs, Erbsen und Möhren, dazu Kappes-Salat	<b>Frikadelle vom Schwein</b> mit brauner Sauce, Mischgemüse und Kartoffeln	<b>Kaltmenü: Hähnchenschnitzel</b> auf Nudelsalat mit Salatmayonnaise	<b>Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art"</b> mit Blumenkohl gebunden und Salzkartoffeln	<b>Dessert: Vanillemilchreis</b>	
100g enthalten: 418 kJ, 99 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 2	100g enthalten: 417 kJ, 99 kcal, ZIA: 13, 17, 11a, 2, 4	100g enthalten: 525 kJ, 125 kcal, ZIA: 14, 17, 10, 11a, 1, 13, 20, 2	100g enthalten: 495 kJ, 118 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 13, 2	100g enthalten: 834 kJ, 199 kcal, ZIA: 11a, 13, 20, 4, 2, 9, 5	100g enthalten: 279 kJ, 66 kcal, ZIA: 20, 11a, 9, 17	100g enthalten: 401 kJ, 95 kcal, ZIA: 17, 1	
<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Rosenkohl natur und Salzkartoffeln	<b>Chili sin Carne</b> Vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten und Kidneybohnen	<p align="center"><b>Arbeiterwohlfahrt-Ortsverein Haan-Essen auf Rädern</b></p> <p align="center">im Kreisverband Mettmann Breidenhofer Str. 7—42781 Haan <b>Information + Beratung</b> Frau Willems/Frau Müller Telefon: 02129-2550—Fax: 02129-31197 Homepage: www.awo-haan.de Mail: ortsverein@awo-haan.de</p> <p align="center">Wochenbestellungen bis Mittwoch der Vorwoche, Nach- und Abbestellung erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 13:30 Uhr Verbrauchsdaten und Zubereitung: siehe Verpackung</p>				<b>Geflügelklopse "Königsberger Art"</b> in Kapernsauce, dazu Kartoffelpüree und Brechbohngemüse	<b>Dessert: Quark mit Kirschen</b>
100g enthalten: 267 kJ, 63 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 326 kJ, 77 kcal, ZIA: 16, 11a					100g enthalten: 295 kJ, 70 kcal, ZIA: 17, 11a, 19, 10, 2, 5, 1	100g enthalten: 389 kJ, 92 kcal, ZIA: 16, 19, 11a
<b>Rindersauerbraten</b> in Rosinensauce, dazu Rosenkohl natur und Salzkartoffeln	<b>Gemüseschnitzel</b> (Blumenkohl, Brokkoli, Erbse, Karotte) auf Reis, mit Paprika-Joghurt Sauce					<b>Gegarte Putenbrust</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabi natur und Kartoffelpüree	<b>Dessert: Apfelmus</b>
100g enthalten: 241 kJ, 57 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 474 kJ, 113 kcal, ZIA: 11a, 11d, 4, 17					100g enthalten: 245 kJ, 58 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 301 kJ, 72 kcal, ZIA: 5, 2

vegetarisch neues Menü enthält Schweinefleisch laktosefrei Bio Menüs, denen kein Gluten zugesetzt wird

Die Angaben über kcal/kJ sind Durchschnittswerte, die sich auf 100 g des Menüs beziehen. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gemäß EG-Öko-Verordnung gekocht. Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene. Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen und Informationen: 1=Farbstoff; 2=Säuerungsmittel; 3=Konservierungsmittel; 4=Verdickungsmittel; 5=Antioxidationsmittel; 6=aus Fleischteilen zusammengefügt; 7=Nitritpökelsalz; 8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21= Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.