

C&C

	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 0,50€
MO 10.06.	Schweinebraten in brauner Sauce, dazu Pariser Karotten und Kartoffelpüree 	Asia Reis mit Erbsen, Karotten und Rührei, dazu Gurkensalat natur 	Putenhackbraten mit Hirtenkäse in Tomaten-Frischkäse-Sauce, dazu grüne Nudeln	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Karotten und Pilzen, dazu zweierlei Reis	Kaltmenü: Milchreis mit Kirschsauce 	Linseneintopf mit Kartoffeln, Möhren, Sellerie und Lauch, dazu Bockwurst vom Schwein 	Dessert: Grießbrei mit Vanille
	100g enthalten: 299 kJ, 71 kcal, ZIA: 17, 20, 11a	100g enthalten: 481 kJ, 114 kcal, ZIA: 13, 17, 11a, 2, 20	100g enthalten: 456 kJ, 108 kcal, ZIA: 13, 17, 11a, 2, 10	100g enthalten: 558 kJ, 133 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 399 kJ, 95 kcal, ZIA: 2, 17, 1	100g enthalten: 441 kJ, 105 kcal, ZIA: 17, 19, 10, 5, 3, 7	100g enthalten: 414 kJ, 99 kcal, ZIA: 17, 11a, 1
DI 11.06.	Nürnberger Bratwürste auf Kartoffel- Gemüsepüree 	Grießbrei mit Erdbeer-Rhabarber-Sauce 	Nudel-Spinat-Bratling in Champignon-Rahm-Sauce, dazu Brokkoli natur 	Hähnchenbrust in Curry-Fruchtsauce mit buntem Reis	Kaltmenü: Paniertes Schweineschnitzel auf Nudelsalat mit Essig und Öl 	Paniertes Schweineschnitzel auf Balkangemüse (Mais, Karotte, Bohne), dazu Kartoffelpüree 	Dessert: Apfelmus -
	100g enthalten: 611 kJ, 146 kcal, ZIA: 17, 19, 2	100g enthalten: 351 kJ, 83 kcal, ZIA: 17, 11a, 1, 2	100g enthalten: 317 kJ, 75 kcal, ZIA: 17, 11a, 19, 10, 2, 5, 1	100g enthalten: 417 kJ, 99 kcal, ZIA: 17, 19, 20, 11a, 2	100g enthalten: 667 kJ, 159 kcal, ZIA: 11a, 9	100g enthalten: 384 kJ, 91 kcal, ZIA: 11a, 17, 19	100g enthalten: 301 kJ, 72 kcal, ZIA: 5, 2
MI 12.06.	Sommerliche Schweinefrikadelle Hackfleisch-Gemüse Frikadelle vom Schwein mit Gemüse in Tomatensauce, dazu zweierlei Reis 	Hähnchenbruststreifen in Rahm-Sauce, dazu Kartoffeln mit Paprikamarinade und Mais natur 	Nudelauflauf mit "Planted.Chicken" Streifen (auf Erbsenbasis) & Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda 	Hähnchenkeule auf Djувetschreis	Kaltmenü: Geflügelbockwurst auf westfälischem Kartoffelsalat mit Salatmayonnaise, dazu Senf	Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Möhren, dazu Reis	Dessert: Vanillepudding -
	100g enthalten: 613 kJ, 146 kcal, ZIA: 17, 11a, 13, 19, 20, 2	100g enthalten: 439 kJ, 104 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 390 kJ, 93 kcal, ZIA: 16, 17, 10, 11a, 1	100g enthalten: 489 kJ, 116 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 550 kJ, 131 kcal, ZIA: 7, 2, 5, 3, 10, 13, 17, 19, 20, 4, 9	100g enthalten: 556 kJ, 132 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 488 kJ, 116 kcal, ZIA: 17, 1
DO 13.06.	Frikadelle vom Rind mit brauner Sauce, dazu Erbsen-Möhren-Gemüse und Kartoffeln	Bunte Reispfanne mit Vollkornreis, Kichererbsen und Paprikastreifen, verfeinert mit Hirtenkäse, dazu Chinakohlsalat 	Hähnchenbrust auf Kohlrabi natur, dazu Kartoffelgratin	Schweinebraten in Bratensauce mit Erbsen und Kartoffeln 	Kaltmenü: Hähnchenbruststreifen auf Nudelsalat Spinat & Erbsen	Kasseler Lummerbraten vom Schwein auf Ananaskraut, dazu Kartoffelpüree 	Hausgemachtes Dessert: Apfel-Birnen-Kompott -
	100g enthalten: 423 kJ, 101 kcal, ZIA: 17, 11a, 13, 2	100g enthalten: 362 kJ, 86 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 358 kJ, 85 kcal, ZIA: 17, 10, 1	100g enthalten: 338 kJ, 80 kcal, ZIA: 17, 11a, 20	100g enthalten: 398 kJ, 95 kcal, ZIA: 11a, 18a	100g enthalten: 293 kJ, 70 kcal, ZIA: 5, 3, 2, 17	100g enthalten: 293 kJ, 70 kcal, ZIA: 2, 5, 1
FR 14.06.	Fruchtiges Kokos-Curry mit Garnelen und gelbem Reis	Kichererbsentaler in mediterraner Tomatensauce, dazu Gemüsereis 	Nudelauflauf mit Spinat und Lachs, überbacken mit jungem Gouda, dazu Blattsalat mit Joghurdressing	Frikadelle vom Schwein mit brauner Sauce, Mischgemüse und Kartoffeln 	Kaltmenü: Paniertes Hähnchenschnitzel auf Bulgursalat mit Tomaten und Frühlingzwiebeln	Bratwurst vom Schwein in Zwiebelsauce, dazu Kartoffel-Sellerie-Püree 	Hausgemachtes Dessert: Stracciatella-Quark -
	100g enthalten: 433 kJ, 103 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 2	100g enthalten: 574 kJ, 137 kcal, ZIA: 13, 20, 5, 2, 11, 11a, 11c, 17, 19	100g enthalten: 329 kJ, 78 kcal, ZIA: 14, 17, 10, 11a, 1, 13, 20, 4	100g enthalten: 501 kJ, 119 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 11a, 1, 13, 2	100g enthalten: 619 kJ, 147 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 477 kJ, 114 kcal, ZIA: 10, 5, 17, 11a, 19	100g enthalten: 582 kJ, 139 kcal, ZIA: 17
SA 15.06.	Schnittbohneintopf mit Schnittbohnen, Karotten- & Kartoffelwürfeln, dazu Geflügelbockwurst	Spinatknödel auf Graupenrisotto (Erbsen, Möhren & Sellerie) 	Arbeiterwohlfahrt-Ortsverein Haan-Essen auf Rädern im Kreisverband Mettmann Breidenhofer Str. 7—42781 Haan Information + Beratung Frau Willems/Frau Müller Telefon: 02129-2550—Fax: 02129-31197 Homepage: www.awo-haan.de Mail: ortsverein@awo-haan.de Wochenbestellungen bis Mittwoch der Vorwoche, Nach- und Abbestellung erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 13:30 Uhr Verbrauchsdaten und Zubereitung: siehe Verpackung			Hähnchenoberkeule (ausgelöst) in dunkler Sauce, dazu Sommergemüse gebunden und Kartoffelpüree	Dessert: Karamellpudding -
	100g enthalten: 209 kJ, 50 kcal, ZIA: 19, 5, 7, 2, 3, 10	100g enthalten: 402 kJ, 96 kcal, ZIA: 13, 17, 11a, 2, 19, 11b				100g enthalten: 335 kJ, 80 kcal, ZIA: 11a, 19, 17	100g enthalten: 555 kJ, 132 kcal, ZIA: 17, 4
SO 16.06.	Gegarte Putenbrust in dunkler Sauce, dazu Kohlrabi natur und Kartoffelpüree	Vegetarische Soja-Kohlroulade in Paprika-Rahm-Sauce, dazu Salzkartoffeln 				Rindergulasch "Ungarische Art" mit Penne	Hausgemachtes Dessert: Joghurt mit Pfirsich -
	100g enthalten: 245 kJ, 58 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 275 kJ, 65 kcal, ZIA: 13, 16, 11a, 11d, 17				100g enthalten: 486 kJ, 116 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 307 kJ, 73 kcal, ZIA: 17, 2

vegetarisch 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.