

C&C

MO
16.09.

DI
17.09.

MI
18.09.

DO
19.09.

FR
20.09.

SA
21.09.

SO
22.09.

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 7,00€	Menü 6 7,30€ / Als Mini Mo-Fr 6,70€	Dessert 0,50€	
Frikadelle vom Rind mit brauner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln	Moussaka mit Rinderhackfleisch und Kartoffelwürfeln	Vegetarisches Schnitzel (auf Sojabasis, paniert) mit Kartoffelpüree, dazu Apfelmus	Schweinebraten in deftiger Sauce, mit Rosenkohl und Kartoffeln	Kaltmenü: Geflügelbockwurst auf Nudelsalat mit Salatmayonnaise	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art" mit Salzkartoffeln	Hausgemachtes Dessert: Fruchtiger Quarktraum mit schwarzem Johannisbeere-Apfelpüree	
100g enthalten: 397 kJ, 94 kcal, ZIA: 13, 2, 11a, 17	100g enthalten: 551 kJ, 131 kcal, ZIA: 1, 17, 19	100g enthalten: 442 kJ, 105 kcal, ZIA: 4, 16, 11a, 17, 5, 2	100g enthalten: 278 kJ, 66 kcal, ZIA: 17, 20, 11a	100g enthalten: 622 kJ, 148 kcal, ZIA: 3, 5, 2, 10, 7, 4, 13, 17, 20, 9, 11a	100g enthalten: 314 kJ, 75 kcal, ZIA: 20, 9, 11a	100g enthalten: 424 kJ, 101 kcal, ZIA: 17, 2	
Sauerbratengulasch mit Spirelli	Chili sin Carne mit Happea Meat (auf Erbsenbasis), Paprika, Tomaten & Kidneybohnen, dazu Reis	Geflügelfrikadelle in Tomaten-Paprika-Sauce, dazu Kohlrabi natur und Kartoffelpüree	Linseneintopf mit Mettwurst vom Schwein	Kaltmenü: Pfannkuchen dazu Apfelmus	Fleischkäse vom Schwein in süßer Senfsauce, Sauerkraut und Kartoffeln	Hausgemachtes Dessert: Stracciatella-Quark -	
100g enthalten: 480 kJ, 114 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 466 kJ, 111 kcal, ZIA: 16, 11a	100g enthalten: 327 kJ, 78 kcal, ZIA: 13, 2, 11a, 17	100g enthalten: 341 kJ, 81 kcal, ZIA: 17, 19, 3, 5, 10, 7	100g enthalten: 589 kJ, 140 kcal, ZIA: 13, 17, 10, 11a, 5, 2	100g enthalten: 410 kJ, 97 kcal, ZIA: 3, 5, 20, 10, 7, 17, 19, 11a	100g enthalten: 639 kJ, 152 kcal, ZIA: 17	
Rinderbraten in kräftiger Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln	Planted.Chicken Geschnetzeltes (auf Erbsenbasis) mit Paprika und Kokosnussmilch, dazu Erbsen natur und Reis	Gegarte Putenbrust in Geflügel-Rahm-Sauce mit Vollkornpenne, dazu Mais natur	Schweinerückensteak in Zwiebelsauce, dazu Mischgemüse (Erbse, Mais, Karotte) und Salzkartoffeln	Kaltmenü: Panierte Vegetarische Nuggets mit pikantem Nudelsalat mit Dressing aus Ketchup & Salatmayonnaise	Kartoffelsuppe mit Meerrettich dazu Bockwurstscheiben vom Schwein	Dessert: Karamellpudding -	
100g enthalten: 217 kJ, 52 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 366 kJ, 87 kcal, ZIA: 16, 19, 11a	100g enthalten: 543 kJ, 129 kcal, ZIA: 11a, 17	100g enthalten: 306 kJ, 73 kcal, ZIA: 17, 11a	100g enthalten: 844 kJ, 201 kcal, ZIA: 4, 16, 11a, 11a, 4, 17, 19, 9	100g enthalten: 337 kJ, 80 kcal, ZIA: 4, 5, 17, 2, 22, 11a, 3, 10, 7	100g enthalten: 555 kJ, 132 kcal, ZIA: 4, 17	
Schweinegulasch Szegediner Art mit Kartoffelpüree	Quark-Griß-Auflauf mit Pfirsichen	Hähnchenbrust natur in fruchtiger asiatischer Sauce mit Mungosprossen, dazu gelber Reis und Chinakohlsalat	Rindercevapcici in Paprikasauce, dazu Pariser Karotten und Gemüsepolenta	Kaltmenü: Rindercevapcici auf westfälischem Kartoffelsalat mit Salatmayonnaise	Zucchini-Hackfleischsauce mit Zucchinischeiben und Rinderhackfleisch, dazu Salzkartoffeln	Hausgemachtes Dessert: Mandarinenquark -	
100g enthalten: 280 kJ, 67 kcal, ZIA: 11a, 17	100g enthalten: 669 kJ, 159 kcal, ZIA: 13, 1, 17, 2, 11a	100g enthalten: 456 kJ, 109 kcal, ZIA: 5, 16, 17, 2, 11a	100g enthalten: 396 kJ, 94 kcal, ZIA: 13, 2, 20, 11a, 20, 11a	100g enthalten: 592 kJ, 141 kcal, ZIA: 13, 2, 20, 11a, 4, 17, 19, 9	100g enthalten: 337 kJ, 80 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 402 kJ, 96 kcal, ZIA: 17, 2	
Curry-Hähnchenpfanne indische Art Hähnchenbruststreifen mit Früchten, dazu Reis	Tomatensuppe mit vegetarischen Maultaschen (Karotte, Spinat, Erbse)	Kartoffelauflauf mit Spinat und Lachs, überbacken mit jungem Gouda, dazu Blattsalat mit Joghurdressing	Frikadelle vom Schwein mit brauner Sauce, Mischgemüse und Kartoffeln	Kaltmenü: Paniertes Putenschnitzel auf Reissalat "Mexican style"	Heringstipp "Rheinische Art" mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Brechbohnen natur und Salzkartoffeln	Hausgemachtes Dessert: Pfirsichquark -	
100g enthalten: 417 kJ, 99 kcal, ZIA: 17, 2, 20, 11a	100g enthalten: 265 kJ, 63 kcal, ZIA: 17, 11a, 13, 19	100g enthalten: 364 kJ, 87 kcal, ZIA: 1, 14, 17, 10, 11a, 4, 13, 20	100g enthalten: 501 kJ, 119 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 11a, 4, 13, 2	100g enthalten: 746 kJ, 178 kcal, ZIA: 11a, 4, 13, 19, 20	100g enthalten: 476 kJ, 113 kcal, ZIA: 4, 13, 14, 5, 17, 2, 20, 9	100g enthalten: 392 kJ, 93 kcal, ZIA: 17, 2	
Weißer Bohneneintopf mit Wurzelgemüse & Kartoffelwürfeln, dazu Bockwurstscheiben vom Schwein	Happea Meat Bolognese (auf Erbsenbasis) mit Tomaten, Möhren & Porree, dazu Vollkorn-Penne und Gouda Topping	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				Rinderbraten in dunkler Sauce, dazu Brechbohnen gebunden und Kartoffelknödeln	Dessert: Schokopudding -
100g enthalten: 356 kJ, 85 kcal, ZIA: 19, 5, 3, 10, 7	100g enthalten: 682 kJ, 162 kcal, ZIA: 19, 11a, 1, 17					100g enthalten: 266 kJ, 63 kcal, ZIA: 17, 11a, 4	100g enthalten: 551 kJ, 131 kcal, ZIA: 4, 17
Hähnchenbruststreifen in würziger Paprikasauce, dazu Mischgemüse (Erbse, Karotte, Mais) und Salzkartoffeln	Backkäse mit Zucchiniisotto mit Rundkornreis, Zucchiniwürfeln und Petersilie, verfeinert mit Käse					Rostbratwurst vom Schwein in Currysauce mit Balkangemüse und Reis	Hausgemachtes Dessert: Joghurt mit Pfirsich -
100g enthalten: 290 kJ, 69 kcal, ZIA: 11a	100g enthalten: 568 kJ, 135 kcal, ZIA: 1, 17, 10, 13, 2, 11a					100g enthalten: 548 kJ, 130 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 19, 10	100g enthalten: 307 kJ, 73 kcal, ZIA: 17, 2

vegetarisch verbesserte Rezeptur enthält Schweinefleisch laktosefrei 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. 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; 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=Sesam; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein. Fischprodukte können naturbedingt Gräten enthalten. Die Angebote/Komponenten mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Betrieben, Behörden und Hochschulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie ausschließlich für Behälterkunden zertifiziert.