

C&C

MO
16.12.

DI
17.12.

MI
18.12.

DO
19.12.

FR
20.12.

SA
21.12.

SO
22.12.

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 7,00€	Menü 6 7,30€ / Als Mini Mo-Fr 6,70€	Dessert 0,50€
Hähnchenbrust in feiner Sauce, mit Erbsen und Kartoffelpüree 100g enthalten: 319 kJ, 76 kcal, ZIA: 17, 11a	Happea Meat Currywurstglasch (auf Erbsenbasis) mit Gabelspaghetti, dazu Gurkensalat natur  100g enthalten: 502 kJ, 119 kcal, ZIA: 20, 11a	One-Pot-Kürbis-Pasta Spaghetti in Rahmsauce mit Kürbiswürfeln, verfeinert mit Käse  100g enthalten: 378 kJ, 90 kcal, ZIA: 17, 19, 11a	Rinderfrikadelle in feiner Pfeffersauce, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: 406 kJ, 97 kcal, ZIA: 13, 11a, 17, 2	Kaltmenü: Vegetarische Nuggets (auf Sojabasis, paniert) mit Nudelsalat mit Champignons, Gurkenwürfeln & Dressing aus Salatmayonnaise  100g enthalten: 882 kJ, 210 kcal, ZIA: 4, 13, 5, 17, 2, 20, 9, 11a, 16	Hähnchenbruststreifen auf Graupenrisotto (Erbsen, Möhren & Sellerie) 100g enthalten: 336 kJ, 80 kcal, ZIA: 17, 19, 11b	Hausgemachtes Dessert: Schoko-Kirsch-Quark mit Raspelschokolade  100g enthalten: 555 kJ, 132 kcal, ZIA: 17, 2
Gutbürgerlicher Grünkohleintopf mit geräucherter Mettwurst  100g enthalten: 350 kJ, 83 kcal, ZIA: 3, 5, 7, 10	Kartoffelaufauf mit Rahmsauce, überbacken mit jungem Gouda, dazu Krautsalat natur  100g enthalten: 465 kJ, 111 kcal, ZIA: 1, 17, 10, 20	Geflügelbratwurst in dunkler Sauce, dazu Wirsing in Rahm und Salzkartoffeln 100g enthalten: 387 kJ, 92 kcal, ZIA: 17, 5, 11a	Geflügelbolognese mit Makkaroni 100g enthalten: 464 kJ, 110 kcal, ZIA: 11a	Kaltmenü: Geflügelbockwurst auf westfälischem Kartoffelsalat mit Salatmayonnaise 100g enthalten: 448 kJ, 107 kcal, ZIA: 3, 5, 2, 10, 7, 4, 13, 17, 19, 20, 9	Paniertes Schweineschnitzel auf Kohlrabi in Rahm, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: 350 kJ, 83 kcal, ZIA: 11a, 17	Hausgemachtes Dessert: Quark mit Apfel und Birne -  100g enthalten: 453 kJ, 108 kcal, ZIA: 5, 17, 2
Schweinebraten in brauner Sauce, dazu Pariser Karotten und Kartoffelpüree  100g enthalten: 294 kJ, 70 kcal, ZIA: 17, 20, 11a	Nasi Goreng mit Hühnerfleisch und Karottenstreifen, dazu Gurkensalat natur 100g enthalten: 468 kJ, 111 kcal, ZIA: 13, 16, 11a, 20	Happea Meat Frikadelle (auf Erbsenbasis) in veg. Rahmsauce, dazu Karottenscheiben natur und Salzkartoffeln  100g enthalten: 314 kJ, 75 kcal, ZIA: 11, 20, 11c, 16, 17, 19, 11a	Kalsbragout mit Rosenkohl natur und Reis 100g enthalten: 283 kJ, 67 kcal, ZIA: 17, 11a	Kaltmenü: Grießpudding mit Pflaumensauce  100g enthalten: 352 kJ, 84 kcal, ZIA: 1, 17, 11a, 2	Gyrossuppe mit Schweinegeschnetzeltem, Pilzen und Paprikastreifen  100g enthalten: 296 kJ, 70 kcal, ZIA: 1, 16, 17, 10, 11a	Dessert: Vanillepudding -  100g enthalten: 488 kJ, 116 kcal, ZIA: 1, 17
Putengulasch mit Rotkohl und Kartoffeln 100g enthalten: 279 kJ, 66 kcal, ZIA: 5, 2, 11a	Marinierte Kartoffeln in Paprika-Marinade mit Zucchini-Tomatengemüse, dazu ein Kräuter-Quark-Dip  100g enthalten: 364 kJ, 87 kcal, ZIA: 17, 11a	Chili con Carne (Rind) mit Paprika, Tomatenmark, Kidneybohnen, dazu Vollkornreis 100g enthalten: 555 kJ, 132 kcal, ZIA: 11a	Kasselerbraten auf Ananaskraut, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: 309 kJ, 73 kcal, ZIA: 3, 5, 17, 2	Kaltmenü: Falafelbällchen mit Bulgursalat mit Tomaten und Frühlingzwiebeln  100g enthalten: 644 kJ, 153 kcal, ZIA: 11, 11a	"Königsberger Klopse" (vom Schwein) in Kapern-Rahm-Sauce, dazu Kartoffelpüree und Rote-Bete-Gemüse  100g enthalten: 428 kJ, 102 kcal, ZIA: 13, 11a, 17, 9, 19	Hausgemachtes Dessert: Quark mit Pflaume -  100g enthalten: 449 kJ, 107 kcal, ZIA: 1, 17, 2
Frikadelle vom Schwein mit brauner Sauce, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree  100g enthalten: 528 kJ, 126 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 5, 2, 13	Nudelaufauf mit Käse und Blumenkohl, überbacken mit Semmelbröseln  100g enthalten: 459 kJ, 109 kcal, ZIA: 1, 17, 10, 11a	Thunfisch Pasta Thunfisch-Tomaten-Sauce mit Vollkornspirelli und Gurken-Möhrensalat natur 100g enthalten: 460 kJ, 110 kcal, ZIA: 14, 19, 11a, 20	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Karotten und Pilzen, dazu zweierlei Reis 100g enthalten: 556 kJ, 132 kcal, ZIA: 17, 11a	Kaltmenü: Heringsfilet "Matjes Art" in pikanter Mayonnaise mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Kartoffelsalat mit Schnittlauch 100g enthalten: 681 kJ, 162 kcal, ZIA: 14, 3, 17, 2, 20, 9, 4, 13, 5	Wirsingintopf mit Kasselerstreifen vom Schwein  100g enthalten: 265 kJ, 63 kcal, ZIA: 17, 5, 3	Hausgemachtes Dessert: Fruchtiger Quarkraum mit schwarzem Johannisbeere-Apfelpüree  100g enthalten: 424 kJ, 101 kcal, ZIA: 17, 2
Schnittbohneintopf mit Schnittbohnen, Karotten- & Kartoffelwürfeln, dazu Geflügelbockwurst 100g enthalten: 210 kJ, 50 kcal, ZIA: 19, 5, 3, 2, 10, 7	Blumenkohlklops in cremiger Rahmsauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln  100g enthalten: 340 kJ, 81 kcal, ZIA: 11, 13, 1, 17, 11c, 11a, 16, 19	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				
Hähnchen-Gemüse-Sauce Hähnchenbruststreifen in Tomaten-Zucchini-Sauce, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: 291 kJ, 69 kcal, ZIA: 11a	Kartoffel-Lauch-Aufauf mit jungem Gouda überbacken  100g enthalten: 356 kJ, 85 kcal, ZIA: 1, 17, 10, 11a					
Putengeschnetzeltes mit Champignonsauce, dazu Erbsen & Reis 100g enthalten: 326 kJ, 77 kcal, ZIA: 17, 11a	Dessert: Karamellpudding -  100g enthalten: 555 kJ, 132 kcal, ZIA: 4, 17					
Rinderbraten in Zwiebel-Rotweinsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: 226 kJ, 54 kcal, ZIA: 17, 11a, 22	Dessert: Grießbrei mit Vanille  100g enthalten: 413 kJ, 98 kcal, ZIA: 4, 17, 11a					

 vegetarisch  enthält Schweinefleisch  Bio  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.