

C&C

MO  
03.03.

DI  
04.03.

MI  
05.03.

DO  
06.03.

FR  
07.03.

SA  
08.03.

SO  
09.03.

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€	
<b>Frikadelle vom Rind</b> mit brauner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln  100g enthalten: 397 kJ, 94 kcal, ZIA: 13, 11a, 17	<b>Nudelauflauf mit "Planted.Chicken" Streifen</b> (auf Erbsenbasis) & Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda dazu Chinakohlsalat  100g enthalten: 417 kJ, 99 kcal, ZIA: 1, 16, 17, 10, 11a				<b>Gepökeltes Haxenfleisch</b> vom Schwein in dunkler Sauce, dazu Brechbohngemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: 318 kJ, 76 kcal, ZIA: 3, 7, 11a, 17, 20	<b>Dessert: Milchreis</b> -  100g enthalten: 453 kJ, 108 kcal, ZIA: 17	
<b>Möhreneintopf "Bürgerlich"</b> mit Möhren und Kartoffelwürfeln, dazu Geflügelbruststreifen  100g enthalten: 227 kJ, 54 kcal, ZIA: 5, 3, 2, 10, 7	<b>Hähnchenoberkeule (ausgelöst)</b> in dunkler Sauce, dazu Rosenkohl natur und Salzkartoffeln  100g enthalten: 331 kJ, 79 kcal, ZIA: 11a	<b>Milchreis</b> mit roter Grütze  100g enthalten: 386 kJ, 92 kcal, ZIA: 1, 17, 2			<b>Rinderhackbällchen</b> in Tomaten-Sauce, dazu Gabelspaghetti  100g enthalten: 551 kJ, 131 kcal, ZIA: 19, 11a	<b>Hausgemachtes Dessert: Stracciatella-Quark</b> -  100g enthalten: 471 kJ, 112 kcal, ZIA: 17	
<b>Rinderbraten</b> in kräftiger Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: 220 kJ, 52 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Happea Meat Gyros</b> mit Mais natur, dazu Reis und Zaziki  100g enthalten: 575 kJ, 137 kcal, ZIA: 17	<b>Heringsstipp "Rheinische Art"</b> mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Brechbohnen natur und Salzkartoffeln  100g enthalten: 476 kJ, 113 kcal, ZIA: 4, 13, 14, 5, 17, 2, 20, 9	<b>Schweinerückensteak</b> in Zwiebelsauce, dazu Mischgemüse (Erbse, Mais, Karotte) und Salzkartoffeln  100g enthalten: 311 kJ, 74 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Kaltmenü: Paniertes Hähnchenschnitzel</b> auf Nudelsalat mit Champignons, Gurkenwürfeln & Dressing aus Salatmayonnaise  100g enthalten: 650 kJ, 155 kcal, ZIA: 11a, 4, 13, 5, 17, 2, 20, 9	<b>Hähnchen-Gyroseintopf</b> in Tomaten-Sauce, Champignons, Paprika & Zwiebeln  100g enthalten: 330 kJ, 79 kcal, ZIA: 1, 16, 17, 10, 11a	<b>Dessert: Schokopudding</b> -  100g enthalten: 551 kJ, 131 kcal, ZIA: 4, 17	
<b>Schweinegulasch Szegediner Art</b> mit Kartoffelpüree   100g enthalten: 281 kJ, 67 kcal, ZIA: 11a, 17	<b>Grünkohl-Nudelauflauf</b> mit Rinderhackfleisch, überbacken mit jungem Gouda  100g enthalten: 546 kJ, 130 kcal, ZIA: 1, 17, 11a	<b>Kichererbsencurry</b> verfeinert mit Kokosnussmilch, dazu Vollkornreis und Blattsalat mit Joghurt- Dressing  100g enthalten: 464 kJ, 110 kcal, ZIA: 19, 20, 11a, 17	<b>Rindercevapcici</b> in Paprikasauce, dazu Pariser Karotten und Gemüsepolenta  100g enthalten: 396 kJ, 94 kcal, ZIA: 13, 20, 11a, 17, 19	<b>Kaltmenü: Vegetarische Nuggets (auf Sojabasis, paniert)</b> mit Bulgursalat mit Tomaten und Frühlingszwiebeln  100g enthalten: 856 kJ, 204 kcal, ZIA: 11a, 4, 16	<b>Hähnchengeschnetzeltes</b> mit Kohlrabigemüse, dazu Salzkartoffeln  100g enthalten: 267 kJ, 63 kcal, ZIA: 11a, 17	<b>Hausgemachtes Dessert: Joghurt mit Pfirsich</b> -  100g enthalten: 307 kJ, 73 kcal, ZIA: 17, 2	
<b>Curry-Hähnchenpfanne</b> indische Art Hähnchenbruststreifen mit Früchten, dazu Reis  100g enthalten: 417 kJ, 99 kcal, ZIA: 17, 2, 20, 11a	<b>Nudel-Spinat-Bratling</b> in Käse-Rahm-Sauce, dazu Blumenkohl natur  100g enthalten: 437 kJ, 104 kcal, ZIA: 17, 11a, 1, 10	<b>Lachs-Kartoffelgericht</b> Salzkartoffeln mit Lachs-Rahmsauce, verfeinert mit Schnittlauch, dazu Gurkensalat natur  100g enthalten: 292 kJ, 69 kcal, ZIA: 1, 14, 17, 10, 11a, 20	<b>Frikadelle vom Schwein</b> mit brauner Sauce, Mischgemüse und Kartoffeln  100g enthalten: 501 kJ, 119 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 11a, 13	<b>Kaltmenü: Schweinefrikadelle auf Reissalat "Balkanstyle"</b>  100g enthalten: 808 kJ, 193 kcal, ZIA: 13, 11a, 4, 19, 20	<b>Serbischer Bohneneintopf</b> mit Tomatenmark, Paprika und Wurzelgemüse, dazu Kasselerwürfel  100g enthalten: 240 kJ, 57 kcal, ZIA: 5, 17, 19, 3	<b>Hausgemachtes Dessert: Quark mit roter Grütze</b> -  100g enthalten: 454 kJ, 108 kcal, ZIA: 1, 17, 2	
<b>Linseneintopf</b> mit Kartoffeln, Möhren, Sellerie und Lauch, dazu Geflügelbruststreifen  100g enthalten: 329 kJ, 78 kcal, ZIA: 3, 5, 2, 10, 7, 17, 19	<b>Gemüsefrikadelle</b> auf Graupenrisotto (Graupen & Thymian, verfeinert mit Hirtenkäse)  100g enthalten: 355 kJ, 84 kcal, ZIA: 17, 11b, 4, 13, 11a	<b>Arbeiterwohlfahrt-Ortsverein Haan–Essen auf Rädern</b> 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 Wochenbestellungen bis Mittwoch der Vorwoche, Nach- und Abbestellung erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 13:30 Uhr Verbrauchsdaten und Zubereitung: siehe Verpackung				<b>Rinderbraten</b> in dunkler Sauce, dazu Brechbohnen gebunden und Kartoffelknödeln  100g enthalten: 248 kJ, 59 kcal, ZIA: 17, 11a, 4	<b>Dessert: Vanillepudding</b> -  100g enthalten: 488 kJ, 116 kcal, ZIA: 1, 17
<b>Hähnchen-Gemüse</b> Hähnchenbruststreifen in Tomaten- Zucchini-Sauce, dazu Salzkartoffeln  100g enthalten: 291 kJ, 69 kcal, ZIA: 11a	<b>Vegetarische Soja-Kohlroulade</b> in Paprika-Rahm-Sauce, dazu Salzkartoffeln  100g enthalten: 275 kJ, 65 kcal, ZIA: 13, 16, 11a, 11d, 17				<b>Rostbratwurst vom Schwein</b> in Currysauce mit Balkangemüse und Reis  100g enthalten: 548 kJ, 130 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 19, 10	<b>Dessert: Apfelsauce</b> -  100g enthalten: 301 kJ, 72 kcal, ZIA: 5, 2	

vegetarisch 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.