

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