

C&C

MO  
10.03.

DI  
11.03.

MI  
12.03.

DO  
13.03.

FR  
14.03.

SA  
15.03.

SO  
16.03.

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>Hähnchenbrust</b> in feiner Sauce, mit Erbsen und Kartoffelpüree  100g enthalten: 319 kJ, 76 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Happea Meat Bolognese</b> (auf Erbsenbasis) mit Tomaten, Möhren & Porree, dazu Vollkorn-Penne 	<b>Hähnchengulasch</b> mit Blumenkohl natur und Salzkartoffeln  100g enthalten: 305 kJ, 72 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Rinderfrikadelle</b> in feiner Pfeffersauce, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: 406 kJ, 97 kcal, ZIA: 13, 11a, 17, 2	<b>Kaltmenü: Pfannkuchen</b> mit feinem Apfelmus 	<b>Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art"</b> verfeinert mit Sahne, dazu Vollkornpenne  100g enthalten: 566 kJ, 135 kcal, ZIA: 17, 20, 9, 11a	<b>Hausgemachtes Dessert: Schoko-Kirsch-Quark</b> mit Raspelschokolade 
<b>Gutbürgerlicher Grünkohleintopf</b> mit geräucherter Mettwurst 	<b>Kartoffeltasche</b> mit Frischkäsefüllung auf Ratatouillegemüse, dazu Reis 	<b>One-Pot-Rahm-Pasta</b> Veg. Hackbällchen auf Gabelspaghetti mit feiner Rahmsauce, dazu Rote-Beete-Salat 	<b>Geflügelbolognese</b> mit Makkaroni  100g enthalten: 464 kJ, 110 kcal, ZIA: 11a	<b>Kaltmenü: Geflügelbockwurst</b> auf pikantem Nudelsalat mit Dressing aus Ketchup & Salatmayonnaise  100g enthalten: 579 kJ, 138 kcal, ZIA: 3, 5, 2, 10, 7, 4, 13, 19, 20, 11a	<b>"Königsberger Klopse"</b> (vom Schwein) in Kapernsauce, dazu Kartoffelpüree und Rote Beete Salat 	<b>Dessert: Apfelmus</b> 
<b>Schweinebraten</b> in brauner Sauce, dazu Pariser Karotten und Kartoffelpüree 	<b>Gemüsefrikadelle</b> auf Vollkornreis, dazu Paprika-Rahm-Sauce und Krautsalat natur 	<b>Paniertes Putenschnitzel</b> mit Kartoffelpüree, dazu Apfelmus  100g enthalten: 394 kJ, 94 kcal, ZIA: 11a, 17, 5, 2	<b>Kalbsragout</b> mit Rosenkohl natur und Reis  100g enthalten: 283 kJ, 67 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Kaltmenü: Grießpudding</b> mit Kirschsauce 	<b>Kartoffel-Bärlauch-Suppe</b> dazu Kasserlwürfel 	<b>Dessert: Karamellpudding</b> 
<b>Putengulasch</b> mit Rotkohl und Kartoffeln  100g enthalten: 277 kJ, 66 kcal, ZIA: 5, 2, 11a	<b>Brokkoli-Creme-Suppe</b> mit Kartoffelwürfeln & milder Käsenote, dazu Rinderhackbällchen  100g enthalten: 329 kJ, 78 kcal, ZIA: 1, 17, 19, 10	<b>Nudelauflauf</b> mit Käse und Spinat, überbacken mit Semmelbröseln, dazu Kappes Salat 	<b>Kasselerbraten</b> auf Ananaskraut, dazu Kartoffelpüree 	<b>Kaltmenü: Paniertes Putenschnitzel</b> auf fruchtigem Reissalat mit Curry  100g enthalten: 638 kJ, 152 kcal, ZIA: 11a, 4, 13, 2, 20	<b>Lammhacksteak</b> auf Tomaten-ZucchiniGemüse, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: 322 kJ, 77 kcal, ZIA: 13, 19, 20, 11a, 17	<b>Dessert: Milchreis</b> 
<b>Frikadelle vom Schwein</b> mit brauner Sauce, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree 	<b>Spinatknödel</b> in Kräuter-Rahm-Sauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 	<b>Thunfisch Pasta</b> Thunfisch-Tomaten-Sauce mit Vollkornspirelli, dazu Blattsalat mit Joghurdressing  100g enthalten: 415 kJ, 99 kcal, ZIA: 14, 19, 11a, 17	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Erbsen, Karotten und Pilzen, dazu zweierlei Reis  100g enthalten: 556 kJ, 132 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Kaltmenü: Panierte Hähnchen Nuggets</b> mit Nudelsalat mit Essig und Öl  100g enthalten: 889 kJ, 212 kcal, ZIA: 10, 6, 11a, 2, 9	<b>Sauerkrauteintopf</b> mit Kartoffelwürfeln, verfeinert mit Speck, dazu Mettwurst vom Schwein 	<b>Hausgemachtes Dessert: Quark mit Pflaume</b> 
<b>Mediterraner Linseneintopf</b> mit Tomaten, Paprika & Zucchini, verfeinert mit Hirtenkäse, dazu Hähnchenbruststreifen  100g enthalten: 372 kJ, 89 kcal, ZIA: 17, 19, 22, 1, 5	<b>Ravioli mit Tomatenfüllung</b> in mediterraner Tomatensauce 	<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>Putengeschnetzeltes</b> mit Champignonsauce, dazu Erbsen & Reis  100g enthalten: 326 kJ, 77 kcal, ZIA: 17, 11a	<b>Dessert: Schokopudding</b> 
<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> auf Béchamelkartoffeln, dazu Rosenkohl natur  100g enthalten: 357 kJ, 85 kcal, ZIA: 11a, 17	<b>Vegetarische Hackbällchen (Soja)</b> in Paprika-Rahmsauce, dazu Mais natur und Salzkartoffeln 				<b>Rinderbraten</b> in Zwiebel-Rotweinsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: 228 kJ, 54 kcal, ZIA: 17, 11a, 22	<b>Hausgemachtes Dessert: Erdbejoghurt</b> 

vegetarisch enthält Schweinefleisch laktosefrei Menüs, denen kein Gluten zugesetzt wird Bio

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= Sesamsamen; 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.