

C&C

MO
10.02.

DI
11.02.

MI
12.02.

DO
13.02.

FR
14.02.

SA
15.02.

SO
16.02.

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	Nudelauflauf mit Planted.Chicken Streifen (auf Erbsenbasis) mit Erbsen & Möhren, überbacken mit jungem Gouda, dazu Bohnensalat natur 100g enthalten: 465 kJ, 111 kcal, ZIA: 1, 17, 10, 11a, 2	Marinierte Kartoffeln in Paprika-Marinade mit Zucchini-Tomatengemüse, dazu ein Kräuter-Quark-Dip 100g enthalten: 365 kJ, 87 kcal, ZIA: 17, 11a	Rinderfrikadelle in feiner Pfeffersauce, dazu Bohnengemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: 406 kJ, 97 kcal, ZIA: 13, 11a, 17, 2	Kaltmenü: Rinderfrikadelle auf pikantem Nudelsalat mit Dressing aus Ketchup & Salatmayonnaise 100g enthalten: 670 kJ, 160 kcal, ZIA: 4, 13, 19, 20, 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
Gutbürgerlicher Grünkohleintopf mit geräucherter Mettwurst 100g enthalten: 350 kJ, 83 kcal, ZIA: 3, 5, 7, 10	Nudeln à la Pesto Penne Nudeln mit grünem Spinatpesto, dazu Chinakohlsalat natur 100g enthalten: 998 kJ, 238 kcal, ZIA: 17, 11a, 18a	Grüner Erbseneintopf mit Kartoffeln, Sellerie, Karotten und Porree, dazu Geflügelbratwurstscheiben 100g enthalten: 298 kJ, 71 kcal, ZIA: 19, 5, 3, 2, 10, 7	Geflügelbolognese mit Makkaroni 100g enthalten: 464 kJ, 110 kcal, ZIA: 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	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff Art" mit Blumenkohl natur und Salzkartoffeln 100g enthalten: 273 kJ, 65 kcal, ZIA: 20, 9, 11a	Hausgemachtes Dessert: Stracciatella-Quark - 100g enthalten: 471 kJ, 112 kcal, ZIA: 17
Schweinebraten in brauner Sauce, dazu Pariser Karotten und Kartoffelpüree 100g enthalten: 299 kJ, 71 kcal, ZIA: 17, 20, 11a	Sauerbratengulasch vom Rind mit Gabelspaghetti 100g enthalten: 457 kJ, 109 kcal, ZIA: 11a	Nudel-Käse-Bratling in Tomaten-Rahm-Sauce, dazu Mais natur 100g enthalten: 556 kJ, 132 kcal, ZIA: 1, 17, 20, 11a, 19	Kalbsragout mit Rosenkohl natur und Reis 100g enthalten: 283 kJ, 67 kcal, ZIA: 17, 11a	Kaltmenü: Hähnchenbruststreifen auf Nudelsalat mit Essig und Öl 100g enthalten: 570 kJ, 136 kcal, ZIA: 9, 11a	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	Dessert: Schokopudding - 100g enthalten: 551 kJ, 131 kcal, ZIA: 4, 17
Putengulasch mit Rotkohl und Kartoffeln 100g enthalten: 277 kJ, 66 kcal, ZIA: 5, 2, 11a	Rindercevapici auf Bouillonkartoffeln, dazu Wirsing in Rahm 100g enthalten: 415 kJ, 99 kcal, ZIA: 19, 17, 5, 13, 20, 11a	Bunte Reispfanne mit Vollkornreis, Kichererbsen und Paprikastreifen, verfeinert mit Hirtenkäse, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: 315 kJ, 75 kcal, ZIA: 17, 11a	Kasselerbraten auf Ananaskraut, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: 309 kJ, 73 kcal, ZIA: 3, 5, 17, 2	Kaltmenü: Grießpudding mit Pflaumensauce 100g enthalten: 352 kJ, 84 kcal, ZIA: 1, 17, 11a, 2	Gyrossuppe mit Schweinegeschnetzeltem, Pilzen und Paprikastreifen 100g enthalten: 297 kJ, 70 kcal, ZIA: 1, 16, 17, 10, 11a	Hausgemachtes Dessert: Joghurt mit Pfirsich - 100g enthalten: 307 kJ, 73 kcal, ZIA: 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	Vegetarisches Schnitzel (auf Sojabasis, paniert) auf Gabelspaghetti, dazu Spinat-Rahm-Sauce 100g enthalten: 576 kJ, 137 kcal, ZIA: 4, 16, 11a, 17	Kartoffel-Lachs-Gericht Cremige Lachs-Sauce verfeinert mit Dill, dazu Salzkartoffeln und Gurken-Möhrensalat natur 100g enthalten: 268 kJ, 64 kcal, ZIA: 14, 17, 20, 11a	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Karotten und Pilzen, dazu zweierlei Reis 100g enthalten: 556 kJ, 132 kcal, ZIA: 17, 11a	Kaltmenü: Heringssalat "Rote Beete" mit Kartoffelsalat mit Essig und Schnittlauch 100g enthalten: 627 kJ, 149 kcal, ZIA: 20, 9, 4, 13, 14, 2	Graupeneintopf mit Kartoffel-, Karotten & Selleriewürfeln, dazu Kasselerwürfel 100g enthalten: 221 kJ, 52 kcal, ZIA: 3, 5, 19, 11b	Hausgemachtes Dessert: Quark mit roter Grütze - 100g enthalten: 454 kJ, 108 kcal, ZIA: 1, 17, 2
Kartoffel-Sauerkraut-Eintopf mit Bratwurst vom Schwein 100g enthalten: 436 kJ, 104 kcal, ZIA: 17, 5, 10	Vegetarisches Pilz-Gulasch mit Planted.Chicken (auf Erbsenbasis), verfeinert mit Petersilie, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: 242 kJ, 57 kcal, ZIA: 16, 17, 19, 20, 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			Putengeschnetzeltes mit Champignonsauce, dazu Erbsen & Reis 100g enthalten: 326 kJ, 77 kcal, ZIA: 17, 11a	Dessert: Vanillepudding - 100g enthalten: 488 kJ, 116 kcal, ZIA: 1, 17
Paniertes Hähnchenschnitzel auf Pariser Karotten, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: 306 kJ, 73 kcal, ZIA: 11a	Schwäbisches Linsenragout mit feinem Wurzelgemüse, dazu Spätzle 100g enthalten: 480 kJ, 114 kcal, ZIA: 17, 19, 5, 13, 11a				Rinderbraten in Zwiebel-Rotweinsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: 228 kJ, 54 kcal, ZIA: 17, 11a, 22	Dessert: Apfelmus - 100g enthalten: 301 kJ, 72 kcal, ZIA: 5, 2

vegetarisch enthält Schweinefleisch laktosefrei Bio 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.