

C&C

MO
31.03.

DI
01.04.

MI
02.04.

DO
03.04.

FR
04.04.

SA
05.04.

SO
06.04.

Menü 1 deli-carte nur EPS 9,80€	Menü 2 9,80€ / Als Mini Mo-Fr 9,80€	Menü 3 9,80€	Menü 4 deli-carte nur EPS 9,80€	Kaltmenü 9,80€	Menü 6 9,80€ / Als Mini Mo-Fr 9,80€
Frikadelle vom Rind mit brauner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln 100g enthalten: 397 kJ, 94 kcal, ZIA: 13, 11a, 17	Bunte Reispfanne mit Vollkornreis, Kichererbsen und Paprikastreifen, verfeinert mit Hirtenkäse, dazu Chinakohlsalat 100g enthalten: 368 kJ, 88 kcal, ZIA: 17, 11a	Currywurstgulasch mit Geflügelbratwurst, dazu Gabelspaghetti 100g enthalten: 515 kJ, 123 kcal, ZIA: 3, 5, 2, 20, 10, 7, 11a	Schweinebraten in deftiger Sauce, mit Rosenkohl und Kartoffeln 100g enthalten: 283 kJ, 67 kcal, ZIA: 17, 20, 11a	Kaltmenü: Paniertes Putenschnitzel auf Reissalat "Mexican style" 100g enthalten: 746 kJ, 178 kcal, ZIA: 11a, 4, 13, 19, 20	Hähnchenbruststreifen in Bärlauchsauce, dazu Salzkartoffeln in Kräutermarinade 100g enthalten: 379 kJ, 90 kcal, ZIA: 1, 17, 19, 10, 11a
Sauerbratengulasch mit Spirelli 100g enthalten: 485 kJ, 116 kcal, ZIA: 11a	Pizzasuppe mit Paprika & Champignons, verfeinert mit Schmierkäse 100g enthalten: 263 kJ, 62 kcal, ZIA: 1, 17, 19, 10, 11a	Putengeschnetzeltes mit Karottenscheiben natur und Reis 100g enthalten: 293 kJ, 69 kcal, ZIA: 11a	Linseneintopf mit Mettwurst vom Schwein 100g enthalten: 341 kJ, 81 kcal, ZIA: 17, 19, 3, 5, 10, 7	Kaltmenü: Panierte Hähnchen Nuggets mit Nudelsalat mit Spinat & Erbsen 100g enthalten: 746 kJ, 178 kcal, ZIA: 10, 6, 11a, 18a	Vegetarische Soja-Kohlroulade in mediterraner Tomatensauce, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: 307 kJ, 73 kcal, ZIA: 13, 16, 11a, 11d, 17, 19
Rinderbraten in kräftiger Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: 220 kJ, 52 kcal, ZIA: 17, 11a	Lachs-Brokkoli-Kartoffelaufbau mit jungem Gouda überbacken 100g enthalten: 415 kJ, 99 kcal, ZIA: 1, 14, 17, 10, 11a	Falafelbällchen auf Bulgur mit Erbsen und Tomaten, dazu Zaziki-Dip 100g enthalten: 512 kJ, 122 kcal, ZIA: 11, 11a, 17	Schweinerückensteak in Zwiebelsauce, dazu Mischgemüse (Erbse, Mais, Karotte) und Salzkartoffeln 100g enthalten: 311 kJ, 74 kcal, ZIA: 17, 11a	Kaltmenü: Grießpudding mit Erdbeer-Rhabarber-Sauce 100g enthalten: 350 kJ, 83 kcal, ZIA: 1, 17, 11a, 2	Bauernhackfleischtopf "Stroganoff Art" mit Hackfleisch vom Schwein, Kartoffeln, Karotten, Paprika & Gurkenwürfeln 100g enthalten: 359 kJ, 85 kcal, ZIA: 9, 11a
Schweinegulasch Szegediner Art mit Kartoffelpüree 100g enthalten: 282 kJ, 67 kcal, ZIA: 11a, 17	Eieromelette mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: 318 kJ, 75 kcal, ZIA: 4, 13, 17, 2	Spirelli Napoli Spirelli mit Tomatensauce, dazu Farmersalat 100g enthalten: 573 kJ, 136 kcal, ZIA: 11a, 19, 13, 17, 20	Rindercevapcici in Paprikasauce, dazu Pariser Karotten und Gemüsepolenta 100g enthalten: 396 kJ, 94 kcal, ZIA: 13, 20, 11a, 17, 19	Kaltmenü: Paniertes Hähnchenschnitzel auf Kartoffel-Farmer-Salat 100g enthalten: 618 kJ, 147 kcal, ZIA: 11a, 4, 13, 17, 19, 20	Fleischkäse vom Schwein in Zwiebelsauce, dazu Brechbohnen gebunden und Salzkartoffeln 100g enthalten: 397 kJ, 94 kcal, ZIA: 3, 5, 20, 10, 7, 17, 11a
Curry-Hähnchenpfanne indische Art Hähnchenbruststreifen mit Früchten, dazu Reis 100g enthalten: 417 kJ, 99 kcal, ZIA: 17, 2, 20, 11a	Bami Goreng Nudelpanne mit Hühnerfleisch und Karottenstreifen dazu Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: 468 kJ, 111 kcal, ZIA: 13, 16, 11a, 17	Planted.Chicken Geschnetzeltes (auf Erbsenbasis) mit Paprika und Karottenstreifen, dazu Mais natur und Vollkornreis 100g enthalten: 446 kJ, 106 kcal, ZIA: 16, 19, 11a	Frikadelle vom Schwein mit brauner Sauce, Mischgemüse und Kartoffeln 100g enthalten: 501 kJ, 119 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 13	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	Möhreneintopf "Bürgerlich" mit Geflügelbratwurst 100g enthalten: 290 kJ, 69 kcal, ZIA: 5
Pichelsteiner Eintopf mit Hähnchenbruststreifen, Kartoffelwürfeln, Weißkohl & Sellerie 100g enthalten: 223 kJ, 53 kcal, ZIA: 19, 5	Happea Meat Frikadelle (auf Erbsenbasis) auf Spätzle, dazu Paprikasauce 100g enthalten: 522 kJ, 124 kcal, ZIA: 11, 20, 11c, 13, 11a, 17	Arbeiterwohlfahrt-Ortsverein Haan–Essen auf Rädern im Kreisverband Mettmann Breidenhofer Str. 7—42781 Haan Information + Beratung Telefon: 02129-2550 Homepage: www.arbeiterwohlfahrt-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 Rufe Sie uns an, wir beraten Sie gerne			Rinderbraten in dunkler Sauce, dazu Brechbohnen gebunden und Kartoffelknödel 100g enthalten: 248 kJ, 59 kcal, ZIA: 17, 11a, 4
Geflügelcevapcici in dunkler Sauce, dazu Karottenscheiben gebunden und Salzkartoffeln 100g enthalten: 349 kJ, 83 kcal, ZIA: 13, 20, 11a	Spinatknödel in Champignonrahmsauce, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: 406 kJ, 97 kcal, ZIA: 13, 17, 2, 11a, 1, 19, 10				Rostbratwurst vom Schwein in Currysauce mit Balkangemüse und Reis 100g enthalten: 548 kJ, 130 kcal, ZIA: 17, 20, 11a, 19, 10

vegetarisch
 Saison
 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= 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.