

| KW 44 | Montag 28.10.2024 | Dienstag 29.10.2024 | Mittwoch 30.10.2024 | Donnerstag 31.10.2024 | Freitag 01.11.2024 | Samstag 02.11.2024 | Sonntag 03.11.2024 |
|-------|----------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|-------|----------------------|------------------------|------------------------|--------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|

| | | | | | | | |
|---------------|--|---|---|---|---|--|---|
| Menü 1 | Eine Geflügelfrikadelle in Soße, dazu Wirsing a la creme und Dampfkartoffeln A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2493 kJ, 598 kcal | Makkaroni „Bolognese“ mit Rindfleischsoße, dazu geriebener Hartkäse ² A,E,G,G1,M • Brennwert: 2791 kJ, 662 kcal | Halloween-Eintopf mit Karotten, Kürbis, Kartoffeln, Lauch und Geflügelklößchen, dazu ein Weizenbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2914 kJ, 700 kcal | Rindergeschnetzeltes in Majoransoße, dazu Bio-Bohnen und hausgemachtes Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1858 kJ, 443 kcal | Wildgulasch „Baden-Baden“ (mit Birnenwürfel), dazu schwäbische Eierknöpfle A,E,G,G1 • Brennwert: 2541 kJ, 571 kcal | Hähnchenbruststreifen in Paprikarahmsoße, dazu Langkornreis A,E,G,G1,M • Brennwert: 2765 kJ, 657 kcal | Eine Kohlroulade in Zwiebel-Specksoße ^{2,4} , dazu hausgemachtes Sahnepüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2526 kJ, 601 kcal |
|---------------|--|---|---|---|---|--|---|

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|--|--|
| Menü 2 kalt zum Aufwärmen | Chili sin Carne mit Zwiebeln, Mais, Paprika, Kidneybohnen und Tomaten, dazu ein Baguettebrötchen G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2250 kJ, 537 kcal | Geflügelsteak „Hawaii“ in Curry-Ananassoße, dazu feine Erbsen und Mandelreis A,B,E,G,G1,H,H1,M • Brennwert: 3239 kJ, 769 kcal | Zahner´s Currywurst^{2,4} in pikanter Soße, dazu Kartoffelecken A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2599 kJ, 618 kcal | Vollkorn-Penne mit einer Kürbis-Frischkäsesoße G,G1,M • Brennwert: 2939 kJ, 698 kcal | Hausgemachter Sahnerisbrei mit Zimtucker bestreut, dazu Pflaumenkompott G,G1,M • Brennwert: 1642 kJ, 389 kcal | | |
|--|--|---|--|--|--|--|--|

Hinweis
zu
Menü 2

Liebe Kunden,
bei Menü 2 gilt es zu beachten, dass dieses nur kalt ausgeliefert werden kann und selbst erwärmt werden muss.
Vielen Dank für Ihr Verständnis.
Ihr AWO-Team

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|---|--|---|--|---|---|
| Menü 4 vegetarisch | Vegetarische Klopse in Majoransoße, dazu Rahmwirsing und Dampfkartoffeln aus der Region A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2809 kJ, 672 kcal | Hausgemachter Makkaroni-Auflauf mit veganem Hack, Gemüse und Käse überbacken, dazu Tomatensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2188 kJ, 520 kcal | 3 Eierpfannkuchen mit Blumenkohl und Romanesco a la creme A,E,G,G1,M • Brennwert: 2189 kJ, 522 kcal | Veggie-Geschnetzeltes in Röstgemüsesoße, dazu Bio-Bohnen und Kartoffelpüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1845 kJ, 420 kcal | Knöpfle-Gemüsepfanne mit frischem Saison Gemüse und Champignons, dazu eine Kräuterrahmsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1813 kJ, 430 kcal | Eine Portion Kartoffelrösti mit einem feinen Lauch-Champignon-Ragout A,E,G,G1,M • Brennwert: 1468 kJ, 352 kcal | Vegetarische Kohlroulade mit Weizen und Gemüse gefüllt, in Röstzwiebelsoße, dazu hausgemachtes Sahnepüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2096 kJ, 501 kcal |
|------------------------------|---|---|--|---|--|---|---|

| | | | | | | | |
|---------------------------|---|--|---|---|--|--|--|
| Menü 6 Kaltmenü | Nudelsalat „Holländische Art“ mit Käsestreifen, Gurken und Tomaten, dazu 2 Scheiben Bio-Brot B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3906 kJ, 933 kcal | Rindfleischsalat „Ungarisch“ mit Paprika, Essiggurken ⁹ und Zwiebeln, aus garniert mit Hirtenpaprika ^{2,4} und Maiskölbchen ⁴ , dazu 2 Scheiben Bio-Brot B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2866 kJ, 685 kcal | Hausgemachtes „Bircher Müsli“ mit frischen Äpfeln, gerösteten Mandeln, Honig und Joghurt verfeinert, dazu frischer Obstsalat G,G3,G4,H,H1,H2,M • Brennwert: 3768 kJ, 896 kcal | Elsässer Wurstsalat^{2,3,4,8} von der Lyoner Wurst, mit Käse, Tomaten, Gurken ⁹ , dazu 2 Scheiben Bio-Brot A,B,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3807 kJ, 911 kcal | | | |
|---------------------------|---|--|---|---|--|--|--|

| | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|
| Menü 7 Salatplatte vegetarisch | | | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | |
|-------------------------|---|--|--|--|---|
| Beilagen-salat 1 | Frisch-Gemüsesalat in Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 412 kJ, 99 kcal | Hausgemachter Karottensalat B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal | Blattmix-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal | Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal | Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal |
|-------------------------|---|--|--|--|---|

| | | | | | |
|-------------------------|---|--|--|--|---|
| Beilagen-salat 2 | Frisch-Gemüsesalat in Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 412 kJ, 99 kcal | Hausgemachter Karottensalat B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal | Blattmix-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal | Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal | Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal |
|-------------------------|---|--|--|--|---|

| | | | | | | | |
|----------------|---|--|--|--|--|--|--|
| Dessert | Ein Schoko-Doppelkeks E,G,G1,M • Brennwert: 592 kJ, 141 kcal | Fruchtjoghurt M • Brennwert: 588 kJ, 140 kcal | Kirschquark M • Brennwert: 518 kJ, 124 kcal | Rote Waldbeerengrütze M • Brennwert: 520 kJ, 124 kcal | Ein Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung | Hausgemachte Zitronen-Creme M • Brennwert: 681 kJ, 162 kcal | Ein Buttermilchdessert M • Brennwert: 373 kJ, 89 kcal |
|----------------|---|--|--|--|--|--|--|

1= mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Geschmacksverstärker, 4 = mit Antioxidationsmittel, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = gewachst, 8 = mit Phosphat, 9 = mit Süßungsmittel, 10 = enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken B= Zutat aus kontrolliertem Bio-Anbau nach EG-ÖKO Verordnung. ÖKO Kontrollstelle DE-ÖKO-006 A = Sellerie, B = Senf, C = Sesam, D = Erdnüsse, E = Eier, F = Fisch, G = Gluten, G1 = Weizen, G2 = Roggen, G3 = Gerste, G4 = Hafer, H = Schalenfrüchte, H1 = Mandeln, H2 = Haselnüsse, H3 = Walnüsse, H4 = Kaschunüsse, H5 = Pecannüsse, H6 = Paranüsse, H7 = Pistazien, H8 = Macadamianüsse, I = Schwefeldioxid + Sulfite, J = Soja, K = Krebstiere, L = Lupine, M = Milch, Laktose, N = Weichtiere *Enthaltene Allergene können über unsere Bestellhotline erfragt werden. Brennwert: Kcal= Kilokalorien, Kj= Kilojoule. Alle Preise gelten inklusive der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Abgepackte Desserts siehe Verpackung; * und daraus gewonnene Erzeugnisse · Regelmäßige neutrale Hygienekontrollen durch das BAV-Institut Offenburg. Unsere Frischmenüs sind zum sofortigem Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

