

KW 46	Montag 11.11.2024	Dienstag 12.11.2024	Mittwoch 13.11.2024	Donnerstag 14.11.2024	Freitag 15.11.2024	Samstag 16.11.2024	Sonntag 17.11.2024
-------	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Menü 1	Rindergeschnetzeltes in Bratensoße, dazu Mais-Erbsengemüse und Langkornreis A,B,G,G1 • Brennwert: 2654 kJ, 632 kcal	Gebratene Hähnchenbrust in Geflügeljus, dazu feine Bandnudeln A,E,G,G1 • Brennwert: 2279 kJ, 546 kcal	Geflügel-Köttbullar Geflügelfleischbällchen in Soße, dazu Wurzelgemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2769 kJ, 664 kcal	„Schinken-Hörnle“ Hörnchen-Teigwaren mit Hinterschinken ^{2,4,8} , dazu eine Käse-Gemüesoße A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3151 kJ, 750 kcal	Lachs-Ragout in Safransoße, dazu Spinatbandnudeln E,F,G,G1,M • Brennwert: 3087 kJ, 736 kcal	Rindergulasch „Ungarisch“ in Majoransoße, dazu Dampfkartoffeln aus der Region A,B,E,G,G1 • Brennwert: 1479 kJ, 353 kcal	Putenrollbraten gefüllt mit Geflügelbrät ⁸ und Gemüse in Kräuterrahmsoße, dazu Rosenkohl und 2 Kartoffelrösti A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2029 kJ, 486 kcal
---------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Eine Portion Bio-Käse-Tortelloni dazu Kräuter-Tomatensoße E,G,G1,M • Brennwert: 2405 kJ, 570 kcal	Eine Portion Reibekuchen mit einem Champignon-Lauch-Ragout G,G1,M • Brennwert: 2356 kJ, 564 kcal	Herzhafte Wild-Bolognese dazu Eierknöpfele mit gemahlener Haselnüssen abgeschmelzt A,E,G,G1,H,H2,M • Brennwert: 2916 kJ, 699 kcal	Ragout fin vom Geflügel in fruchtiger Mango-Currysoße, dazu bunter Gemüesereis A,E,G,G1,M • Brennwert: 2491 kJ, 593 kcal	Kassler Rückenbraten^{2,4} auf Sauerkraut, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1713 kJ, 409 kcal	2 Stück Wiener Apfelstrudel mit Bourbon-Vanillesoße E,G,G1,M • Brennwert: 2353 kJ, 563 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	Sojageschnetzeltes in milder Paprikasoße, dazu Mais-Erbsengemüse und Langkornreis A,G,G1,J • Brennwert: 2554 kJ, 586 kcal	Tagliatelle mit Kürbisstreifen (feine Bandnudeln) mit einer Gorgonzola-Walnusssoße A,E,G,G1,H,H3,M • Brennwert: 2607 kJ, 626 kcal	Veggie-Hackbällchen in Röstgemüesoße, dazu buntes Wurzelgemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1300 kJ, 311 kcal	„Kräuter-Kratzete“ (Luftiger Kräuter-Pfannkuchen), mit Blumenkohlrischen a la creme E,G,G1,M • Brennwert: 2749 kJ, 656 kcal	„Schwäbische Lasagne“ Geschnittene Gemüsemaultaschen in Tomatensoße mit Käse überbacken A,E,G,G1,M • Brennwert: 2959 kJ, 702 kcal	Ein Eieromelett mit Rahmspinat und Salzkartoffeln E,G,G1,M • Brennwert: 1930 kJ, 462 kcal	Hausgemachtes Moussaka Kartoffelaufbau mit Veggie Hack, Feta- Käse, Zucchini, Auberginen und Paprika, dazu mediterrane Soße A,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2136 kJ, 510 kcal
------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Menü 6 Kaltmenü	Elsässer Wurstsalat^{2,3,4,8,9} von der Lyoner Wurst, mit Käse, Tomaten und Gurken, dazu 2 Scheiben Bio-Brot A,B,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3807 kJ, 911 kcal	Zwei panierte Mini-Schnitzel vom Schwein, mit Zitronenscheibe garniert, dazu Kartoffelsalat und eine Scheibe Bio-Brot A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2441 kJ, 584 kcal	Bunte Käseauswahl¹ verschiedene Sorten Hart- und Weichkäse, mit Trauben und Zwiebeln garniert, dazu ein Laugenbrötchen E,G,G1,G3,M • Brennwert: 3502 kJ, 840 kcal	Geflügelsalat „Florida“ in Joghurt-Curry-Dressing, mit Ananas und Melone garniert, dazu ein Baguettebrötchen B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3729 kJ, 895 kcal	Heringssalat „Klabautermann“⁹ in leichtem Joghurt-Dressing, mit Rote Bete und Äpfeln, dazu ein Baguettebrötchen B,E,F,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3879 kJ, 934 kcal
---------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

Beilagen- salat 1	Hausgemachter Weißkrautsalat mit Speck^{2,4} A,B • Brennwert: 239 kJ, 58 kcal	Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Blattsalat mit Joghurt-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal	Karotten-Ananas-Salat B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	Blattsalatsmischung „Herbst“ mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 431 kJ, 103 kcal	Selleriesalat A,M • Brennwert: 444 kJ, 106 kcal
------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------

Beilagen- salat 2	Hausgemachter Weißkrautsalat A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	Karotten-Ananas-Salat B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	Blattsalatsmischung „Herbst“ mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 268 kJ, 64 kcal	Selleriesalat A,M • Brennwert: 444 kJ, 106 kcal
------------------------------	-------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------

Dessert	Vanillepudding M • Brennwert: 499 kJ, 119 kcal	Ein Berliner E,G,G1,J,M • Brennwert: 607 kJ, 145 kcal	Eine Portion Apfelmus⁴ Brennwert: 346 kJ, 83 kcal	Grießdessert G,G1,M • Brennwert: 1050 kJ, 251 kcal	Joghurtdessert M • Brennwert: 446 kJ, 106 kcal	Frischer Obstsalat Brennwert: 455 kJ, 109 kcal	Ein Mini-Kuchen Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung
----------------	-------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

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. Brennwerte: Kcal= Kilokalorien, KJ= Kilojoule Alle Preise gelten inklusive der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Abgepackte Desserts siehe Verpackung; * und daraus gewonnene Erzeugnisse · Regelmäßige neutrale Hygienkontrollen durch das BAV-Institut Offenburg. Unsere Frischmenüs sind zum sofortigem Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

