



AWO Kreisverband Breisgau BHE e. V.
Gartenstraße 1 - 79312 Emmendingen
Tel: 07641 / 91 4 91 - 30
E-Mail: essen-auf-raedern@awo-bhe.de

Preise:
Menü 1, 2, 4, 6: 9,50 € Menü 3: 10,00 €
Menü 7: 9,50 € Dessert: 0,70 €
Samstag, Sonntag und Feiertag: 10,00 €

Bestellvorlauf beträgt
2 Werktage (MO - FR) bis 11:30 Uhr

KW 47
vom 18.11. - 24.11.2024

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
spät. **Donnerstag, 07.11.2024** dem Fahrer mit!

Beilagensalat ist im Menüpreis 1 - 4 inklusive,
bitte kreuzen Sie an!

KW 47	Montag 18.11.2024	Dienstag 19.11.2024	Mittwoch 20.11.2024	Donnerstag 21.11.2024	Freitag 22.11.2024	Samstag 23.11.2024	Sonntag 24.11.2024
-------	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Menü 1	Pikanter Wurstgulasch Wurstscheiben ^{2,4} mit Zwiebeln, Bohnen und Paprika, dazu Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2638 kJ, 630 kcal	3 Eierpannkuchen mit hausgemachtem Haschee A,E,G,G1,M • Brennwert: 2245 kJ, 536 kcal	Paniertes Seelachsfilet mit Remouladensoße ⁹ , dazu Risoleekartoffeln B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 4019 kJ, 967 kcal	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1,M • Brennwert: 2460 kJ, 591 kcal	Pichelsteiner Eintopf mit Kartoffeln, Karotten, Weißkohl, Lauch, Sellerie und Rindfleischleinlage, dazu ein Brötchen A,E,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2460 kJ, 573 kcal	Eine Geflügelfrikadelle in Soße, dazu eine Herbstgemüseemischung und hausgemachtes Sahnepüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2367 kJ, 568 kcal	Kalbsfrikassee mit Champignons in Sahnesoße, dazu bunter Gemüseris A,E,G,G1,M • Brennwert: 2493 kJ, 593 kcal
---------------	--	--	---	---	--	---	---

Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Hähnchen-Paprika-Ragout mit Bio-Erbesen und Langkornreis A,E,G,G1 • Brennwert: 2832 kJ, 685 kcal	Schwäbische Krautspätzle mit mildem Weinsauerkraut und Schinkenspeckstreifen ^{2,4} , dazu eine Röstzwiebelsoße A,E,G,G1,I • Brennwert: 2379 kJ, 574 kcal	Makkaroni-Lauch-Auflauf mit Veggie-Hack und Käse überbacken, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2796 kJ, 664 kcal	Badisches Ochsenfleisch in Meerrettichsoße ⁴ , dazu Petersilienkartoffeln A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2379 kJ, 569 kcal	Gemüsemautaschen „Asia“ mit knackigem Wok-Gemüse, dazu Sojasoße A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1549 kJ, 368 kcal	Luftiger Kaiserschmarrn „Wiener Art“ mit Rosinen, dazu Apfelkompott ⁴ E,G,G1,M • Brennwert: 3501 kJ, 836 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	Herbstliche Schupfnudelpfanne mit bunten Gemüsestreifen, dazu Kräuter-Käsesoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2355 kJ, 565 kcal	3 Eierpannkuchen mit vegetarischer Hack-Gemüse-Bolognese A,E,G,G1,M •	Veggie-Klopse „Königsberger Art“ in Kapernsoße, dazu feine Bio-Erbesen und Langkornreis A,E,G,G1,I,J,M • Brennwert: 4152 kJ, 991 kcal	Spätzlepfanne „Herbst“ mit frischem Saison Gemüse und Champignons, dazu eine Kräuterrahmsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1905 kJ, 452 kcal	Zwei vegane Paprikaschoten mit Couscous-Gemüsefüllung, dazu Röstgemüse soße und Dampfkartoffeln G,G1 • Brennwert: 1691 kJ, 402 kcal	Zwei Gemüsefrikadellen mit Herbstgemüse a la creme E,G,G1,M • Brennwert: 1993 kJ, 477 kcal	Vegetarische Cannelloni in Tomatensoße, mit Käse überbacken E,G,G1,M • Brennwert: 2316 kJ, 552 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	Lyoner Wurstsalat^{2,3,4,8,9} „nach Art des Hauses“ mit Gurken, Tomaten und Zwiebeln, dazu 2 Scheiben Bio-Brot A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 3607 kJ, 862 kcal	Schwarzwälder Schaufele^{2,4} mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu eine Essiggurke ⁹ , Portionssenf und eine Scheibe Bio-Brot A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2333 kJ, 557 kcal	Eiersalat in Joghurt-Senf dressing mit Paprika, Zwiebeln, Gurke ⁹ und Schnittlauch, dazu Bio-Brot und Butter B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2776 kJ, 666 kcal	Bunte Salatplatte verschiedene Sorten Rohkostsalat mit Blattsalat, schön aus garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2524 kJ, 605 kcal		
---------------------------	---	--	--	---	--	--	--

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

Beilagen-salat 1	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	Blattsalat „Herbst“ mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal	Rote Bete-Salat⁹ Brennwert: 115 kJ, 28 kcal	Endiviensalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 428 kJ, 104 kcal	Weißer Rettichsalat A,B • Brennwert: 196 kJ, 48 kcal
-------------------------	--	--	---	--	--	--

Beilagen-salat 2	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	Blattsalat „Herbst“ mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	Frischgemüsesalat A,B • Brennwert: 199 kJ, 48 kcal	Endiviensalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 263 kJ, 64 kcal	Weißer Rettichsalat A,B • Brennwert: 196 kJ, 48 kcal
-------------------------	--	--	---	--	---	--

Dessert	Früchtequark M • Brennwert: 518 kJ, 124 kcal	Milchreis¹ E,M • Brennwert: 528 kJ, 126 kcal	Nusspudding H,H2,M • Brennwert: 596 kJ, 142 kcal	Fruchtjoghurt M • Brennwert: 588 kJ, 140 kcal	Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	Mousse au chocolat M • Brennwert: 650 kJ, 155 kcal	Joghurtzubereitung M • Brennwert: 446 kJ, 106 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.

