



AWO Kreisverband 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 51
vom 16.12. - 22.12.2024

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
 spät. **Donnerstag, 05.12.2024** dem Fahrer mit!

KW 51	Montag 16.12.2024	Dienstag 17.12.2024	Mittwoch 18.12.2024	Donnerstag 19.12.2024	Freitag 20.12.2024	Samstag 21.12.2024	Sonntag 22.12.2024
-------	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Menü 1	Rindergulasch mit grünen Bohnen und Semmelknödel A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1827 kJ, 437 kcal	Kartoffel-Eintopf mit Bauernwurstscheiben ^{2,4} , Schmand und Kartoffeln, mit Petersilie verfeinert, dazu ein Weizenbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3100 kJ, 740 kcal	Kalbsgeschnetzeltes in Morchelrahmsauce, dazu frische Eierknöpfle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2590 kJ, 623 kcal	Ein paniertes Seelachsfilet mit Dampfkartoffeln, dazu Joghurt-Remouladensauce ⁹ B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 4019 kJ, 967 kcal	Ein Hähnchenbrustfilet in Champignonrahmsauce, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2533 kJ, 609 kcal	Fleischbällchen in Bratensoße, dazu feine Erbsen und Eierteigwaren A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3793 kJ, 9311 kcal	Eine Rinderfrikadelle in Röstzwiebelsoße, dazu grüne Bio-Bohnen und Kartoffel-Karottenpüree A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 1910 kJ, 456 kcal
---------------	--	---	---	--	---	---	---

Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Badische Leberknöpfe mit Röstzwiebeln abgeschmelzt, dazu Weinsauerkraut und Bratensoße A,E,G,G1,I • Brennwert: 1871 kJ, 446 kcal	Hausgemachte Lasagne „Bolognese“ italienische Spezialität mit Rindfleischsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2905 kJ, 691 kcal		Tortelli „Verdure“ gefüllt mit Zucchini, Aubergine und Paprika, in Tomaten-Basilikumsoße G,G1 • Brennwert: 2673 kJ, 635 kcal	Hausgemachtes Kartoffel-Möhren-Gratin mit Emmentaler Käse überbacken, dazu Spinatsoße E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2082 kJ, 497 kcal	Zwei süße Dampfnudeln mit Vanillesoße und Pflaumen-Zimt-Kompott E,G,G1,M • Brennwert: 1857 kJ, 443 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	Hausgemachte Linsenbolognese mit bunten Farfalle-Teigwaren, dazu geriebener Hartkäse ² A,E,G,G1,M • Brennwert: 3402 kJ, 814 kcal	Ein Eieromelett dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln aus der Region E,G,G1,M • Brennwert: 2019 kJ, 483 kcal	Maxi-Ravioli „Steinpilz-Champignon“ mit Salbeibutter abgeschmelzt, dazu Kürbis-Karottensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1861 kJ, 450 kcal	Veggie-Köttbullar in Paprikarahmsauce, dazu Langkornreis E,G,G1,G4,J,M • Brennwert: 2159 kJ, 513 kcal	Sojageschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu schwäbische Spätzle E,G,G1,J,M • Brennwert: 2780 kJ, 647 kcal	Nudel-Gemüsepfanne „Mediterran“ mit buntem Saisongemüse, dazu fruchtige Tomatensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1835 kJ, 440 kcal	Eine Veggie-Frikadelle in Röstgemüsesoße, mit grünen Bio-Bohnen und Kartoffel-Karottenpüree A,B,G,G1,M • Brennwert: 2520 kJ, 604 kcal
------------------------------	---	---	---	---	---	---	---

Menü 6 Kaltmenü	Pikanter Frischkäse mit Paprika verfeinert und mit Zwiebeln aus garniert, dazu ein Laugenbrötchen B,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2697 kJ, 6649 kcal	Rindfleischsalat „Ungarisch“ mit Paprika, Essiggurken ⁹ , Zwiebeln, aus garniert mit Hirtenpaprika ^{2,4} und Maiskölbchen ⁴ , dazu 2 Scheiben Bio-Brot B,G,G1,G2,G3,I • Brennwert: 2866 kJ, 685 kcal	Salatplatte „Winter“ Karotten-, Rote Bete-, Lauch-Champignon- und Waldorfsalat, mit Blattsalat, aus garniert, dazu ein Kürbis-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,H,H1,H2,H3,M • Brennwert: 2314 kJ, 556 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	Matjesfilet „Hausfrauen Art“^{2,4,9} mit Äpfeln und Zwiebeln, in Joghurt-Dressing, dazu ein Baguettebrötchen B,E,F,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3886 kJ, 935 kcal		
---------------------------	--	---	---	--	--	--	--

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

Beilagensalat 1	Hausgemachter Gurkensalat A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Karotten-Ananas-Salat A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	Blattsalat „Winter“ mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 367 kJ, 89 kcal	Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	Hausgemachter Weißkrautsalat mit Speck^{2,4} A,B • Brennwert: 239 kJ, 58 kcal	Blattsalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal
------------------------	--	---	---	--	---	--

Beilagensalat 2	Hausgemachter Gurkensalat A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Karotten-Ananas-Salat A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	Blattsalat „Winter“ mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 284 kJ, 69 kcal	Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	Hausgemachter Weißkrautsalat A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal
------------------------	--	---	---	--	---	--

Dessert	Zwei Haselnusstafeln („Hanuta“) G,G1,H,H2,J,M • Brennwert: 497 kJ, 119 kcal	Ein Buttermilchdessert M • Brennwert: 591 kJ, 140 kcal	Frischer Obstsalat mit Mandeln H,H1 • Brennwert: 694 kJ, 165 kcal	Fruchtjoghurt M • Brennwert: 299 kJ, 71 kcal	Eine Portion Apfelmus⁴ Brennwert: 345 kJ, 83 kcal	Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	Waldfruchtpudding M • Brennwert: 689 kJ, 165 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.

