



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: 10,00 € Menü 3: 11,00 €  
Menü 7: 10,00 € Dessert: 0,70 €  
Samstag, Sonntag und Feiertag: 11,00 €

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

**KW 15**  
**vom 07.04. - 13.04.2025**

Bitte kreuzen Sie den Beilagensalat an!  
Dieser ist im Menüpreis 1 – 4 inklusive.

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis  
spät. **Mittwoch, 26.03.2025** dem Fahrer mit!

KW 15	Montag 07.04.2025	Dienstag 08.04.2025	Mittwoch 09.04.2025	Donnerstag 10.04.2025	Freitag 11.04.2025	Samstag 12.04.2025	Sonntag 13.04.2025
<b>Menü 1</b>	<b>Hähnchenbruststreifen</b> in Paprika-Frischkäsesoße, dazu Eierteigwaren  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2380 kJ, 570 kcal	<b>Köttbullen</b> in Bratensoße, dazu Mais-Erbsengemüse und Langkornreis A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3210 kJ, 765 kcal	<b>Ravioli „Carne di Manzo“</b> Teigtaschen mit Rindfleisch gefüllt, dazu Tomatensoße A,E,G,G1 • Brennwert: 1970 kJ, 467 kcal	<b>Kohlrabi-Eintopf</b> mit feinen Fleischklößchen, Kartoffeln, Schmand und Petersilie verfeinert, dazu ein Weizenbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2574 kJ, 615 kcal	<b>Rahmgulasch</b> vom Schwein, dazu schwäbische Spätzle E,G,G1,M • Brennwert: 2699 kJ, 649 kcal	<b>Geflügelfrikassee „Prinzess“</b> (mit Spargelstücken) dazu feine Erbsen und hausgemachtes Kartoffel-Karottenpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2242 kJ, 537 kcal	<b>Schweinebraten (vom Hals)</b> in Majoransoße, dazu Rotkraut und Sahnepüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1940 kJ, 462 kcal
<b>Menü 2</b> kalt zum Aufwärmen	<b>Hausgemachte Lasagne „Bolognese“</b> mit reinem Rinderhackfleisch im Ofen überbacken A,E,G,G1,M • Brennwert: 2905 kJ, 691 kcal	<b>Hähnchen-Nuggets paniert</b> dazu Kartoffelecken und eine Portion Tomatenketchup A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2932 kJ, 700 kcal	<b>Wirsing-Karotten-Pfanne</b> mit Schmand verfeinert, dazu eine Portion Schupfnudeln A,E,G,G1,M • Brennwert: 2076 kJ, 496 kcal	<b>Champignon-Reispfanne</b> mit knackigem Gemüse und Steinchampignons, dazu eine Kressesoße G,G1,M • Brennwert: 1842 kJ, 439 kcal	<b>Chili sin Carne con Bulgur</b> mit Mais, Paprika, Kidneybohnen und Tomaten, dazu ein Baguettebrötchen G,G1,G2,G3 • Brennwert: 1965 kJ, 469 kcal	<b>3 Quarkkälchen mit Rosinen</b> dazu Waldbeerenkompott E,G,G1,M • Brennwert: 2978 kJ, 706 kcal	
<b>Menü 3</b>	<b>Ein Cordon bleu vom Schwein<sup>1,2,4</sup></b> mit Bratensoße, dazu Salzkartoffeln aus der Region A,E,G,G1,M • Brennwert: 2350 kJ, 562 kcal	<b>Rindfleisch „Asia“</b> Rindfleischstreifen mit Gemüse in süß-saurer Soße, dazu feine Bandnudeln A,B,E,G,G1,J • Brennwert: 2899 kJ, 693 kcal	<b>„Unser Klassiker“ Badisches Ochsenfleisch</b> in Meerrettichsoße, dazu Schnittlauchkartoffeln A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2423 kJ, 579 kcal	<b>Hähnchensteak „natur“</b> in Geflügelsoße, dazu Bio-Karottengemüse, und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1610 kJ, 385 kcal	<b>Ein Wildlachssteak</b> in Zitronensoße, dazu Petersilienkartoffeln A,E,F,G,G1,M • Brennwert: 2384 kJ, 569 kcal		
<b>Menü 4</b> vegetarisch	<b>Sojageschnetzeltes</b> in Paprikarahmsauce, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2446 kJ, 565 kcal	<b>Veggie-Bällchen</b> in Röstgemüsesoße, dazu Mais-Erbsengemüse und Langkornreis E,G,G1,G4 • Brennwert: 2634 kJ, 627 kcal	<b>Eine Portion Bio-Gemüseravioli</b> dazu fruchtige Tomatensoße A,G,G1,J • Brennwert: 2768 kJ, 658 kcal	<b>Hausgemachter Kartoffel-Gemüse-Auflauf</b> mit Emmentaler Käse überbacken, dazu Röstgemüsesoße E,G,G1,G4,M • Brennwert: 1947 kJ, 465 kcal	<b>Spätzle-Gemüse-Pfanne</b> mit buntem Frühlingsgemüse, dazu eine Champignonrahmsauce A,E,G,G1,M • Brennwert: 1851 kJ, 439 kcal	<b>Ein Blumenkohl-Käsemedaillon</b> mit feinen Rahmerbsen und Kartoffel-Karottenpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2277 kJ, 546 kcal	<b>Zwei Frikadellen</b> in Röstgemüsesoße, mit Rotkraut und Sahnepüree B,G,G1,M • Brennwert: 2558 kJ, 610 kcal
<b>Menü 6</b> Kaltmenü	<b>Eiersalat</b> in Joghurt-Senf dressing mit Paprika, Zwiebeln, Essiggurke <sup>9</sup> und Schnittlauch, dazu Bio-Brot und Butter B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2776 kJ, 666 kcal	<b>Hausgemachter Fleischsalat<sup>2,4,8,9</sup></b> mit Zwiebeln, Essiggurken und Paprika, garniert mit Ei, dazu 2 Scheiben Bio-Brot A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 4052 kJ, 970 kcal	<b>Griechischer Hirtensalat</b> mit Käsewürfeln, Gurken, Tomaten, Hirtensalat <sup>2,4</sup> , Zwiebeln und Oliven <sup>6,9</sup> , dazu ein Weißbrotbaguette B,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2923 kJ, 699 kcal	<b>Schwarzwälder Schäumele<sup>2,4</sup></b> mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu eine Essiggurke <sup>9</sup> , Portionssenf und eine Scheibe Bio-Brot A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2333 kJ, 557 kcal	<b>Ein geräuchertes Makrelenfilet</b> mit Waldorfsalat und Preiselbeersahne, dazu ein Baguettebrötchen A,B,E,F,G,G1,G2,G3,H,H1,H3,M • Brennwert: 3335 kJ, 801 kcal		
<b>Menü 7</b> Salatplatte vegetarisch							
<b>Beilagen- salat 1</b>	<b>Frischgemüsesalat</b> A,B • Brennwert: 194 kJ, 47 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	<b>Rote Bete-Salat<sup>9</sup></b> B • Brennwert: 117 kJ, 28 kcal	<b>Frisee-Salat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	<b>Karotten-Ananas-Salat</b> A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	<b>Eisbergsalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 444 kJ, 108 kcal	
<b>Beilagen- salat 2</b>	<b>Frischgemüsesalat</b> A,B • Brennwert: 194 kJ, 47 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	<b>Roter Rettichsalat</b> B • Brennwert: 196 kJ, 48 kcal	<b>Frisee-Salat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	<b>Karotten-Ananas-Salat</b> A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	<b>Eisbergsalat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 280 kJ, 68 kcal	
<b>Dessert</b>	<b>Eine Portion Apfelmus<sup>4</sup></b> Brennwert: 345 kJ, 83 kcal	<b>Hausgemachtes „Bircher Müsli“</b> G,G3,G4,H,H1,H2,M • Brennwert: 939 kJ, 223 kcal	<b>Zwei Mini-Waffeln</b> E,G,G1,J,L • Brennwert: 988 kJ, 237 kcal	<b>Schokopudding</b> M • Brennwert: 619 kJ, 148 kcal	<b>Fruchtjoghurt</b> M • Brennwert: 588 kJ, 140 kcal	<b>Grießtraum-Dessert</b> G,G1,M • Brennwert: 1050 kJ, 251 kcal	<b>Ein Mini-Kuchen</b> 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. 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.

