



AWO Kreisverband Breisgau BHE e. V.  
Gartenstraße 1 - 79312 Emmendingen  
Tel: 07641 / 91 4 91 - 30

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 15**  
**vom 08.04. - 14.04.2024**

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis  
spät. **Mittwoch, 27.03.2024** dem Fahrer mit!

KW 15	Montag 08.04.2024	Dienstag 09.04.2024	Mittwoch 10.04.2024	Donnerstag 11.04.2024	Freitag 12.04.2024	Samstag 13.04.2024	Sonntag 14.04.2024
-------	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

<b>Menü 1</b>	<b>Kohlrabi-Eintopf</b> mit feinen Fleischklößchen, Kartoffeln, Schmand und Petersilie verfeinert, dazu ein Weizenbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2600 kJ, 621 kcal	<b>Ein Hähnchenbrustfilet</b> in Champignonrahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2533 kJ, 609 kcal	<b>Rindergeschnetzeltes</b> mit grünen Bohnen und Langkornreis A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2595 kJ, 618 kcal	<b>Ein paniertes Seelachsfilet</b> mit Dampfkartoffeln, dazu Joghurt-Remouladensoße <sup>9</sup> B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 4019 kJ, 967 kcal	<b>Eine Geflügelbratwurst<sup>2,4</sup></b> mit brauner Soße, dazu Wirsing a la creme und Kartoffeln aus der Region A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1971 kJ, 471 kcal	<b>Putenrollbraten</b> (mit Brät und Gemüse gefüllt) in Estragonrahmsoße, dazu Schnittlauchkartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1783 kJ, 427 kcal	<b>Rinderroulade</b> „Bürgerliche Art“ <sup>2,4,9</sup> in Bratensoße, dazu frisches Möhrengemüse und Sahnepüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1959 kJ, 467 kcal
---------------	---	---	--	--	--	--	---

<b>Menü 2</b> kalt zum Aufwärmen	<b>Hausgemachtes Moussaka</b> Kartoffel-Auflauf mit veganem Hack, Feta-Käse, Zucchini, Auberginen und Paprika, dazu mediterrane Soße A,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2136 kJ, 510 kcal	<b>Cannelloni „Napoli“</b> in Tomatensoße, mit Käse überbacken E,G,G1,M • Brennwert: 2316 kJ, 551 kcal	<b>Hausgemachte Lasagne</b> „Bolognese“ italienische Spezialität mit Rindfleischsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2905 kJ, 691 kcal	<b>Hausgemachtes Kartoffel-Möhren-Gratin</b> mit Emmentaler Käse überbacken, dazu Spinatsoße E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2082 kJ, 497 kcal	<b>Hausgemachte Kohlrabi-Lasagne</b> mit Emmentaler Käse im Ofen überbacken	<b>Süßer Quark-Pfirsich-Auflauf</b> dazu heiße Vanillesoße	
--	--	--	---	---	---	---	--

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

**Hinweis**  
zu  
**Menü 2**

<b>Menü 4</b> vegetarisch	<b>Hausgemachte Linsen-Bolognese</b> mit bunten Farfalle-Teigwaren, dazu geriebener Hartkäse <sup>2</sup> E,G,G1,M • Brennwert: 3156 kJ, 756 kcal	<b>Sojageschnetzeltes</b> in Champignonrahmsoße, dazu schwäbische Spätzle E,G,G1,J,M • Brennwert: 2780 kJ, 647 kcal	<b>„Kräuter-Kratzete“</b> (Luftiger Kräuter-Pfannkuchen) mit Blumenkohl a la creme E,G,G1,M • Brennwert: 2962 kJ, 708 kcal	<b>Ein Eieromelett</b> dazu Rahmwirsing und Kartoffelrösti E,G,G1,M • Brennwert: 2256 kJ, 540 kcal	<b>Bunte Gemüseplatte</b> mit 3 Sorten Saisongemüse, dazu holländische Soße und Dampfkartoffeln A,E,G,G1,M • Brennwert: 1542 kJ, 369 kcal	<b>Ein Kartoffel-Cordon bleu</b> dazu eine Frühlingsgemüse-Mischung a la creme G,G1,M • Brennwert: 2141 kJ, 511 kcal	<b>Ravioli „Funghi“ (mit Pilzfüllung)</b> mariniert mit Bärlauch-Kräuter-Pesto, dazu frisches Karottengemüse und Tomaten-Joghurtsoße E,G,G1,M • Brennwert: 2019 kJ, 478 kcal
------------------------------	---	---	--	--	--	--	---

<b>Menü 6</b> Kaltmenü	<b>Hausgemachtes „Bircher Müsli“</b> mit frischen Äpfeln, gerösteten Mandeln, Honig und Joghurt verfeinert, dazu frischen Obstsalat G,G3,G4,H,H1,H2,M • Brennwert: 3768 kJ, 896 kcal	<b>„Küchenmeister-Salat“</b> Rindfleischsalat in Sauerrahm- dressing mit Karotten-, Lauch und Selleriestreifen, frischen Kräutern, dazu 2 Scheiben Roggenmischbrot A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 3758 kJ, 898 kcal	<b>Griechischer Hirtensalat<sup>6,9</sup></b> mit Käsewürfeln, Gurken, Tomaten, Hirtenpaprika <sup>2,4</sup> , Zwiebeln und Oliven, dazu ein Weißbrotbaguette	<b>Lyoner Wurstsalat<sup>2,3,4,8,9</sup></b> „nach Art des Hauses“ mit Gurken, Tomaten und Zwiebeln, dazu 2 Scheiben Brot A,B,G,G1,G2 • Brennwert: 3607 kJ, 862 kcal	<b>Matjesfilet „Hausfrauen Art“<sup>2,4,9</sup></b> mit Äpfeln und Zwiebeln in Joghurt-Dressing, dazu ein Baguettebrötchen		
---------------------------	---	---	--	---	---	--	--

<b>Menü 7</b> Salatplatte vegetarisch							
---	--	--	--	--	--	--	--

<b>Beilagen-salat 1</b>	<b>Hausgemachter Gurkensalat</b> A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	<b>Blattsalat „Frühling“</b> mit Joghurt-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal	<b>Karotten-Ananas-Salat</b> A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	<b>Frisee-Salat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	<b>Weißkraut-Zucchini-salat</b> A,B,E,M • Brennwert: 323 kJ, 78 kcal	<b>Blattsalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal
-------------------------	--	--	---	--	---	--

<b>Beilagen-salat 2</b>	<b>Hausgemachter Gurkensalat</b> A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	<b>Blattsalat „Frühling“</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	<b>Karotten-Ananas-Salat</b> A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal	<b>Frisee-Salat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	<b>Weißkraut-Zucchini-salat</b> A,B,E,M • Brennwert: 323 kJ, 78 kcal	<b>Blattsalat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal
-------------------------	--	---	---	--	---	--

<b>Dessert</b>	<b>Zwei Haselnusstafeln („Hanuta“)</b> G,G1,H,H2,J,M • Brennwert: 497 kJ, 119 kcal	<b>Ein Buttermilchdessert</b> M • Brennwert: 591 kJ, 140 kcal	<b>Waldfrucht-Pudding</b> M • Brennwert: 689 kJ, 165 kcal	<b>Eine Portion Apfelmus<sup>4</sup></b> Brennwert: 345 kJ, 83 kcal	<b>Fruchtjoghurt</b> M • Brennwert: 299 kJ, 71 kcal	<b>Gebäckstück</b> Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	<b>Frischer Obstsalat</b> Brennwert: 438 kJ, 105 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. Brennwerte: 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.

