



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 19  
vom 06.05. - 12.05.2024

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis  
spät. **Donnerstag, 25.04.2024** dem Fahrer mit!

KW 19	Montag 06.05.2024	Dienstag 07.05.2024	Mittwoch 08.05.2024	Donnerstag 09.05.2024	Freitag 10.05.2024	Samstag 11.05.2024	Sonntag 12.05.2024
Menü 1	<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>Geflügel-Köttbullar</b> in Rahmsoße, dazu Mais-Erbсен-Karottengemüse und Langkornreis A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3828 kJ, 915 kcal	<b>Ravioli „Carne di Manzo“</b> Teigtaschen mit Rindfleisch gefüllt, dazu Tomatensoße  A,E,G,G1 • Brennwert: 1970 kJ, 467 kcal	<b>Kalbsgeschnetzeltes</b> in Champignonrahmsoße, dazu Gartengemüse und schwäbische Eierknöpfle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2676 kJ, 641 kcal	<b>Ein Wildlachssteak</b> in Zitronensoße, dazu Petersilienkartoffeln  A,E,F,G,G1,M • Brennwert: 2436 kJ, 581 kcal	<b>Kalbsgeschnetzeltes</b> in Champignonrahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2623 kJ, 631 kcal	<b>Geflügelfrikassee „Prinzess“</b> mit Spargelstücken in heller Soße, dazu Spinat-Bandnudeln  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2925 kJ, 697 kcal
Menü 2 kalt zum Aufwärmen	<b>Piccata von der Hähnchenbrust</b> mit Bratensoße, dazu Gabelspaghetti  A,E,G,G1,M • Brennwert: 3036 kJ, 728 kcal	<b>Badisches Ochsenfleisch</b> in Meerrettichsoße, dazu Schnittlauch-Kartoffeln  A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2146 kJ, 513 kcal	<b>Ebly-Weizen-Pfanne</b> mit buntem Saison Gemüse und Fetakäse, dazu eine milde Paprikasoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1475 kJ, 351 kcal		<b>„Nasi Goreng“</b> Indonesisches Reisgericht mit Hähnchenfleisch, Gemüse und Eierflocken, dazu Sojasoße A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2127 kJ, 506 kcal	<b>3 Quarkkälchen mit Rosinen</b> dazu heißer Waldbeerenkompott und Vanillesoße  E,G,G1,M • Brennwert: 3270 kJ, 776 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	<b>Emmentaler Käsespätzle</b> mit Bergkäse und Zwiebeln verfeinert, dazu eine Röstgemüsesoße  E,G,G1,M • Brennwert: 3291 kJ, 785 kcal	<b>Veggie-Bällchen</b> in Röstgemüsesoße, dazu Mais-Erbсен-Karottengemüse und Dampfkartoffeln E,G,G1,G4,J • Brennwert: 1738 kJ, 416 kcal	<b>Eine Portion Bio-Gemüseravioli DE-ÖKO-006,</b> dazu fruchtige Tomatensoße  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2976 kJ, 710 kcal	<b>Hausgemachter Kartoffel-Spinat-Auflauf</b> mit Emmentaler Käse überbacken, dazu Karottenrahmsoße E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2801 kJ, 670 kcal	<b>3 Eierpfannkuchen</b> mit Bio-Spargelstücken DE-ÖKO-006 in holländischer Soße  E,G,G1,M • Brennwert: 2114 kJ, 505 kcal	<b>Zwei vegane Knusperfrikadellen</b> in Röstgemüsesoße, mit Kohlrabigemüse und Sahnepüree B,G,G1,M • Brennwert: 2395 kJ, 571 kcal	<b>Feine Spinat-Bandnudeln</b> mit einem Spargel-Möhren-Ragout  E,G,G1,M • Brennwert: 2155 kJ, 513 kcal
Menü 6 Kaltmenü	<b>Fleischsalat „Balkan Art“<sup>2,3,4,8,9</sup></b> mit Zwiebeln, Essiggurken und Paprika, dazu 2 Scheiben Brot  A,B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 4003 kJ, 959 kcal	<b>Eiersalat</b> in Joghurt-Senf dressing mit Paprika, Zwiebeln, Essiggurke <sup>9</sup> und Schnittlauch, dazu Brot und Butter  B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 2776 kJ, 666 kcal	<b>Griechischer Hirtensalat<sup>6,9</sup></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>Matjesfilet „Hausfrauen Art“<sup>2,4,9</sup></b> 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							
Beilagen- salat 1	<b>Hausgemachter Weißkrautsalat mit Speck<sup>2,4</sup></b> A,B • Brennwert: 239 kJ, 58 kcal	<b>Rote Bete-Salat<sup>9</sup></b> B • Brennwert: 117 kJ, 28 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 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, 108kcal	
Beilagen- salat 2	<b>Hausgemachter Weißkrautsalat</b> A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	<b>Zucchini-Salat</b> A,B,E,M • Brennwert: 241 kJ, 52 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 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	
Dessert	<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>Ein Mini-Kuchen</b> Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	<b>Schokopudding</b> M • Brennwert: 619 kJ, 148 kcal	<b>Dessertcreme „Banana Split“</b> J,M • Brennwert: 644 kJ, 134 kcal	<b>Ein Berliner</b> E,G,G1,M • Brennwert: 978 kJ, 233 kcal	<b>Grießbraun-Dessert</b> G,G1,M • Brennwert: 683 kJ, 163 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.

