

KW 20	Montag 13.05.2024	Dienstag 14.05.2024	Mittwoch 15.05.2024	Donnerstag 16.05.2024	Freitag 17.05.2024	Samstag 18.05.2024	Sonntag 19.05.2024
-------	----------------------	------------------------	------------------------	--------------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Menü 1	Rindergeschnetzeltes in Majoransoße, dazu Bio-Bohnen DE-ÖKO-006 und hausgemachtes Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1858 kJ, 443 kcal	Makkaroni „Bolognese“ mit Rindfleischsoße, dazu geriebener Hartkäse ² A,E,G,G1,M • Brennwert: 2791 kJ, 662 kcal	Möhren-Eintopf mit Karotten, Kartoffeln, Lauch, Sellerie und Hähnchenbrustwürfel, dazu ein Weizenbrötchen A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2914 kJ, 700 kcal	Eine Geflügelfrikadelle in Soße, dazu Wirsing a la creme und Dampfkartoffeln A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2493 kJ, 598 kcal	Fischroulade „Gärtnerin Art“ in Dillrahmsoße, dazu Tomatenreis A,F,G,G1,M • Brennwert: 3088 kJ, 736 kcal	Hähnchenbruststreifen in Paprikarahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2597 kJ, 622 kcal	Kassler Rücken^{2,4} in Rotweinssoße, dazu Lauchrahmgemüse und hausgemachtes Sahnepüree A,B,G,G1,I,M • Brennwert: 2076 kJ, 496 kcal
---------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Chili sin Carne mit Zwiebeln, Mais, Paprika, Kidneybohnen und Tomaten, dazu ein Baguettebrötchen G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2250 kJ, 537 kcal	Geflügelsteak „Hawaii“ in Curry-Ananassoße, dazu feine Erbsen und Mandelreis A,B,E,G,G1,H,H1,M • Brennwert: 3239 kJ, 769 kcal	Zahner´s Currywurst ^{2,4} in pikanter Soße, dazu Kartoffelecken A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2599 kJ, 618 kcal	Vollkorn-Penne mit einer Zucchini-Frischkäsesoße G,G1,M • Brennwert: 3117 kJ, 742 kcal	Schweinerückenbraten „Jäger Art“ in Pilzrahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2605 kJ, 626 kcal	Luftiger Kaiserschmarrn „Wiener Art“ (mit Rosinen) dazu Bourbon-Vanillesoße E,G,G1,M • Brennwert: 3298 kJ, 787 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	Veggie-Geschnetzeltes in Röstgemüsesoße, dazu Bio-Bohnen DE-ÖKO-006 und Kartoffelpüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1845 kJ, 420 kcal	Hausgemachter Makkaroni-Auflauf mit veganem Hack, Gemüse und Käse überbacken, dazu Tomatensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1926 kJ, 458 kcal	Knöpfle-Gemüsepfanne mit frischem Saisongemüse und Champignons, dazu eine Kräuterrahmsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1813 kJ, 430 kcal	Vegetarische Klopse in Majoransoße, dazu Rahmwirsing und Dampfkartoffeln aus der Region A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2809 kJ, 672 kcal	Zwei halbe Paprikaschoten (mit Weizengemüsefüllung) in Röstzwiebelsoße, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2086 kJ, 499 kcal	Hausgemachte Spargel-Lasagne mit Käse im Ofen überbacken A,E,G,G1,M • Brennwert: 2377 kJ, 565 kcal	Eine Portion Kartoffelrösti mit einem feinen Lauch-Champignon-Ragout A,E,G,G1,M • Brennwert: 1807 kJ, 433 kcal
------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Menü 6 Kaltmenü	Nudelsalat „Holländische Art“ mit Käsestreifen, Gurken und Tomaten, dazu 2 Scheiben Brot B,E,G,G1,G2,M • Brennwert: 3906 kJ, 933 kcal	Schinkenröllchen mit Spargel (vom Hinterschinken ^{2,4}), dazu hausgemachter Waldorfsalat und ein Baguetteweck B,E,G,G1,G2,G3,H,H1,H3,I,M • Brennwert: 2758 kJ, 663 kcal	Elsässer Wurstsalat^{2,3,4,8} von der Lyoner Wurst, mit Käse, Tomaten, Gurken ⁹ , dazu 2 Scheiben Brot A,B,G,G1,G2,M • Brennwert: 3807 kJ, 911 kcal	Hausgemachtes „Bircher Müsli“ mit frischen Äpfeln, gerösteten Mandeln, Honig und Joghurt verfeinert, dazu frischen Obstsalat G,G3,G4,H,H1,H2,M • Brennwert: 3768 kJ, 896 kcal	Vitello Tonnato Kalbsbraten in Thunfischsoße, mit Kapern ^{4,8,9} garniert, dazu ein Mini-Baguette B,E,F,G,G1,G2,G3,I,M • Brennwert: 2888 kJ, 694 kcal		
---------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

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

Beilagen-salat 1	Frisch-Gemüsesalat in Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 412 kJ, 99 kcal	Hausgemachter Karottensalat B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal	Blattmix-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal	Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Chinakohl mit Thousand Island-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 346 kJ, 84 kcal
-------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------

Beilagen-salat 2	Frisch-Gemüsesalat in Essig-Öl-Dressing A,B • Brennwert: 412 kJ, 99 kcal	Hausgemachter Karottensalat B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal	Blattmix-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Chinakohl mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 281 kJ, 68 kcal
-------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------

Dessert	Ein Schoko-Doppelkeks E,G,G1,M • Brennwert: 592 kJ, 141 kcal	Fruchtjoghurt M • Brennwert: 588 kJ, 140 kcal	Heidelbeerquark M • Brennwert: 518 kJ, 124 kcal	Nuss-Pudding H,H2,M • Brennwert: 593 kJ, 141 kcal	Ein Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	Latte-Macchiato-Creme M • Brennwert: 681 kJ, 162 kcal	Ein Buttermilchdessert M • Brennwert: 373 kJ, 89 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.

