



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 19
vom 05.05. - 11.05.2025

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
spät. **Mittwoch, 23.04.2025** dem Fahrer mit!

KW 19	Montag 05.05.2025	Dienstag 06.05.2025	Mittwoch 07.05.2025	Donnerstag 08.05.2025	Freitag 09.05.2025	Samstag 10.05.2025	Sonntag 11.05.2025
Menü 1	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2582 kJ, 621 kcal	3 Eierpfannkuchen mit hausgemachtem Haschee A,E,G,G1,M • Brennwert: 2245 kJ, 536 kcal	Pikanter Wurstgulasch Wurstscheiben ^{2,4} mit Zwiebeln, Bohnen und Paprika, dazu Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1401 kJ, 334 kcal	Kartoffel-Bio-Möhren-Eintopf mit Bio-Möhren, Kartoffeln, Sellerie und Rindfleischseinlage dazu ein Sesambrotchen A,B,C,E,G,G1,G3,M • Brennwert: 2495 kJ, 595 kcal	Eine Wirsingkohlroulade mit Hackfleisch gefüllt, in Zwiebel-Specksoße ^{2,4} , dazu Salzkartoffeln A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2316 kJ, 556 kcal	Kalbsfrikassee „Prinzess“ mit Spargelstücken in Sahnesoße, dazu bunter Gemüserais A,E,G,G1,M • Brennwert: 2407 kJ, 572 kcal	Eine Geflügelfrikadelle in Soße, dazu Wintergemüse und hausgemachtes Sahnepüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2367 kJ, 568 kcal
Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Zwei vegane Paprikaschoten mit Couscous-Gemüsefüllung, dazu Röstgemüsesoße und Dampfkartoffeln G,G1 • Brennwert: 1691 kJ, 402 kcal	Vegetarische Cannelloni in Tomatensoße, mit Käse überbacken E,G,G1,M • Brennwert: 1996 kJ, 477 kcal	Gemüsemautaschen „Asia“ mit knackigem Wok-Gemüse, dazu Sojasoße A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1549 kJ, 368 kcal	Makkaroni-Lauch-Auflauf mit Veggie-Hack und Käse überbacken, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2973 kJ, 706 kcal	Überbackene Zucchini mit Rindfleisch und Gemüse, mit Käse überbacken, dazu hausgemachtes Zwiebelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1909 kJ, 456 kcal	Süßer Quark-Auflauf dazu Aprikosenkompott E,G,G1,M • Brennwert: 1087 kJ, 258 kcal	
Menü 3	Putenragout mit Bio-Erbisen und Langkornreis A,E,G,G1 • Brennwert: 2801 kJ, 667 kcal	Badisches Ochsenfleisch in Meerrettichsoße ⁴ , dazu Petersilienkartoffeln A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2379 kJ, 569 kcal	Paniertes Seelachsfilet mit Remouladensoße ⁹ , dazu Risoleekartoffeln B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 4019 kJ, 967 kcal	Ein Hähnchenbrustfilet in Geflügelrahmsoße, dazu Eierteigwaren A,E,G,G1,M • Brennwert: 2402 kJ, 577 kcal	Eine Geflügelroulade „Magrit“ dazu rustikales Karottengemüse und Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2094 kJ, 501 kcal		
Menü 4 vegetarisch	Vegetarisches Linsengemüse mit Sellerie, Karotten und Lauch, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1 • Brennwert: 3365 kJ, 807 kcal	3 Eierpfannkuchen mit vegetarischer Hack-Gemüse-Bolognese A,E,G,G1,M • Brennwert: 1993 kJ, 475 kcal	Feinschmecker-Knöpflepfanne mit frischem Saison Gemüse und Champignons, dazu eine Kräuterrahmsoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1917 kJ, 458 kcal	Veggie-Klopse „Königsberger Art“ in Kapernsoße, dazu feine Bio-Erbisen und Langkornreis A,E,G,G1,I,J,M • Brennwert: 4152 kJ, 991 kcal	Ein Gemüseschnitzel (paniert) dazu Röstgemüsesoße und Vollkornnudeln A,E,G,G1 • Brennwert: 2944 kJ, 705 kcal	Frikassee „Prinzess“ mit Milchfilet- und Spargelstücken in Sahnesoße, dazu bunter Gemüserais A,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 2415 kJ, 574 kcal	Eine Portion Stangenspargel in holländischer Soße, dazu Schnittlauchkartoffeln A,E,G,G1,M • Brennwert: 1474 kJ, 353 kcal
Menü 6 Kaltmenü	Nudelsalat „Holländische Art“ mit Käsestreifen, Gurken und Tomaten, dazu 2 Scheiben Bio-Brot B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3906 kJ, 933 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	Tomaten-Mozzarella-Salat mit Balsamico ¹ , Olivenöl und frischem Basilikum mariniert, aus garniert ^{2,4,6} , dazu ein Baguettebrötchen B,G,G1,G2,G3,I,M • Brennwert: 2634 kJ, 630 kcal	Eiersalat in Joghurt-Senf dressing mit Paprika, Zwiebeln, Gurke ⁹ und Schnittlauch, dazu Bio-Brot und Butter B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2776 kJ, 666 kcal	Bunte Salatplatte verschiedene Sorten Rohkostsalat, mit Blattsalat, schön aus garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2524 kJ, 605 kcal		
Menü 7 Salatplatte vegetarisch							
Beilagen- salat 1	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	Rote Bete-Salat⁹ Brennwert: 115 kJ, 28 kcal	Blattsalatmischung „Sommer“ 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	Frischgemüsesalat A,B • Brennwert: 199 kJ, 48 kcal	Endiviensalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 428 kJ, 104 kcal	
Beilagen- salat 2	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 353 kJ, 84 kcal	Weißer Rettichsalat A,B • Brennwert: 196 kJ, 48 kcal	Blattsalatmischung „Sommer“ mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 69 kcal	Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	Frischgemüsesalat A,B • Brennwert: 199 kJ, 48 kcal	Endiviensalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 263 kJ, 64 kcal	
Dessert	Erdbeerquark M • Brennwert: 518 kJ, 124 kcal	Bio-Milchreis M • Brennwert: 647 kJ, 155 kcal	Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	Fruchtjoghurt M • Brennwert: 588 kJ, 140 kcal	Sahnepudding „Panna Cotta“ M • Brennwert: 635 kJ, 151 kcal	Mousse au chocolat M • Brennwert: 650 kJ, 155 kcal	Joghurtzubereitung M • Brennwert: 446 kJ, 106 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 sofortigen Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

