



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 21
vom 19.05. - 25.05.2025

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
 spät. **Mittwoch, 07.05.2025** dem Fahrer mit!

KW 21	Montag 19.05.2025	Dienstag 20.05.2025	Mittwoch 21.05.2025	Donnerstag 22.05.2025	Freitag 23.05.2025	Samstag 24.05.2025	Sonntag 25.05.2025
Menü 1	Eine Frikadelle in Bratensoße, dazu Karotten-Kohlrabigemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2488 kJ, 596 kcal	Tortelloni „Carne di Manzo“ mit Rindfleisch gefüllt, dazu fruchtige Tomatensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2576 kJ, 610 kcal	Frisch gebackener Fleischkäse^{2,4} mit Bratensoße, dazu Wirsing a la creme und Salzkartoffeln A,B,G,G1,M • Brennwert: 2495 kJ, 596 kcal	Schnittbohneintopf mit grünen Bohnen, Kartoffeln, Sellerie und Rauchwurstscheiben ^{2,4} , dazu ein Weizenbrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3671 kJ, 877 kcal	Geflügel-Cevapcici in Pusztaoße ⁹ , dazu Balkangemüse und Langkornreis A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3495 kJ, 834 kcal	Schweinegulasch in Rahmsoße, dazu breite Bandnudeln A,E,G,G1,M • Brennwert: 2682 kJ, 645 kcal	Eine Hähnchenroulade „Magrit“ in Geflügelsoße, dazu feine Erbsen und Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2404 kJ, 576 kcal
Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Maultaschen mit Ei geschnittene Gemüseaultaschen mit Rührei gebacken, dazu Tomatensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2558 kJ, 604 kcal	Putengulasch (aus der Keule) in Majoransoße, dazu eine Sommergemüse-Mischung und Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2821 kJ, 675 kcal	Champignon-Reispfanne mit frischem, knackigem Gemüse und Steinchampignons, dazu Spinatsoße G,G1,M • Brennwert: 2185 kJ, 521 kcal	3 Stück Kartoffelrösti dazu buntes Spargelgemüse a la creme G,G1,M • Brennwert: 1590 kJ, 382 kcal	Ein paniertes Schweineschnitzel dazu Bratensoße und Dampfkartoffeln aus der Region E,G,G1,M • Brennwert: 2163 kJ, 516 kcal	Hausgemachter Schokoreisbrei dazu Sauerkirsch-Zimtkompott G,G1,M • Brennwert: 1625 kJ, 385 kcal	
Menü 3	Ein Puten-Cordon bleu^{1,2,3,4} gefüllt mit Putenschinken und Käse, dazu Geflügelsoße und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 2440 kJ, 582 kcal	Schweineroulade „Mediterran“^{2,4,6} mit Tomatenstücken, Zucchini und Oliven in Tomatensoße, dazu Rosmarinkartoffeln A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1895 kJ, 453 kcal	Ein gedämpftes Fischfilet auf buntem Wurzelgemüse in Zitronensoße, dazu feine Bandnudeln A,E,F,G,G1,M • Brennwert: 2783 kJ, 666 kcal	Ein Paar Bratwürste in Röstzwiebelsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln aus der Region A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2825 kJ, 674 kcal	Hausgemachte Rindfleischbällchen in Thymiansoße, mit Erbsen-Karottengemüse und Eierteigwaren A,E,G,G1 • Brennwert: 2812 kJ, 674 kcal		
Menü 4 vegetarisch	Zwei vegane Frikadellen in Röstgemüesoße dazu Karotten-Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln A,B,G,G1 • Brennwert: 1862 kJ, 445 kcal	Eine Portion Käse-Tortelloni „Napoli“ dazu eine fruchtige Tomatensoße E,G,G1,M • Brennwert: 2405 kJ, 570 kcal	Milchfilet-Gulasch in Zwiebel-Majoransoße, dazu Rahmwirsing und Kartoffeln A,B,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 1564 kJ, 381 kcal	„Fusilli-Duett“ Spiral- und Vollkornspiralnudeln mit Soja-Bolognese und geriebenem Hartkäse ² A,G,G1,J,M • Brennwert: 2629 kJ, 623 kcal	Vegane Cevapcici in Paprikasoße, dazu Balkangemüse und Langkornreis A,G,G1 • Brennwert: 2922 kJ, 695 kcal	Deftiger Gemüsegulasch mit Ratatouillegemüse, Karotten, Bohnen und Kräutern, dazu breite Bandnudeln A,E,G,G1 • Brennwert: 2099 kJ, 505 kcal	Veggie-Klopse in Röstgemüesoße, dazu feine Erbsen und Kartoffelpüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2383 kJ, 570 kcal
Menü 6 Kaltmenü	Geflügelsalat „Florida“ in Joghurt-Curry-Dressing, mit Ananas und Melone garniert, dazu ein Baguettebrötchen A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3729 kJ, 895 kcal	2 Mini-Hacksteaks mit Western-Dip ^{2,4,9} , dazu Kartoffel-Gurkensalat und eine Scheibe Bio-Brot A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2377 kJ, 568 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: 3609 kJ, 862 kcal	Salatplatte „Holländische Art“ Karotten-, Gurken-, Rotkraut- und Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2686 kJ, 646 kcal	Matjesfilet „Normannische Art“^{2,4,9} in Joghurt-Dill-Dressing, mit Gurken und Tomaten, dazu ein Mini-Baguette B,E,F,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3963 kJ, 954 kcal		
Menü 7 Salatplatte vegetarisch							
Beilagen- salat 1	Hausgemachter Karottensalat B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal	Blattsalat mit Joghurt-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Endiviensalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 428 kJ, 104 kcal	Rotkrautsalat A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	
Beilagen- salat 2	Hausgemachter Karottensalat B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal	Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Endiviensalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 263 kJ, 64 kcal	Rotkrautsalat A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	
Dessert	Fruchtjoghurt M • Brennwert: 299 kJ, 71 kcal	Zwei Mini-Waffeln E,G,G1,J,L • Brennwert: 988 kJ, 237 kcal	Vanillepudding M • Brennwert: 661 kJ, 157 kcal	Rhabarberquark M • Brennwert: 280 kJ, 66 kcal	Ein Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	Frischer Obstsalat Brennwert: 437 kJ, 105 kcal	Froop-Joghurtdessert 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. 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.

