



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: 10,50 € Menü 3: 11,50 €  
Menü 7: 10,50 € Dessert: 0,80 €  
Samstag, Sonntag und Feiertag: 11,50 €

Bestellvorlauf beträgt  
2 Werktage (MO - FR) bis 11:30 Uhr

**KW 49**  
**vom 01.12. - 07.12.2025**

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis  
spät. **Mittwoch, 19.11.2025** dem Fahrer mit!

KW 49	Montag 01.12.2025	Dienstag 02.12.2025	Mittwoch 03.12.2025	Donnerstag 04.12.2025	Freitag 05.12.2025	Samstag 06.12.2025	Sonntag 07.12.2025
Menü 1	<b>Frisch gebackener Fleischkäse<sup>2,4</sup></b> mit Bratensoße, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln  A,B,G,G1,M • Brennwert: 2495 kJ, 596 kcal	<b>Eine Portion Geflügel-Cevapcici</b> in Pusztaoße <sup>9</sup> , dazu Bio-Erbsengemüse und Langkornreis A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3649 kJ, 871 kcal	<b>Ein paniertes Schweineschnitzel</b> mit Bratensoße und Kartoffelpüree  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2270 kJ, 541 kcal	<b>Schwäbisches Linsengemüse</b> mit Speck <sup>2,4</sup> , Sellerie, Karotten, Lauch und Bockwurstscheiben <sup>2,4</sup> , dazu Eierspätzle A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2826 kJ, 676 kcal	<b>Hähnchensteak „Virginia“</b> in Geflügel-Kräutersoße, dazu Mais-Paprika-Gemüse und Langkornreis A,E,G,G1 • Brennwert: 2725 kJ, 648 kcal	<b>Rindfleischstreifen „Stroganoff“<sup>9</sup></b> mit schwäbischen Eierknöpfle  A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2741 kJ, 657 kcal	<b>Zarter Putengulasch</b> dazu Rosenkohl und Kartoffelnocken  A,E,G,G1 • Brennwert: 2873 kJ, 680 kcal
Menü 2 kalt zum Aufwärmen	<b>Cannelloni</b> mit Karotten- und Kürbissstreifen, in Ingwersoße, mit Käse überbacken  A,E,G,G1,M • Brennwert: 3269 kJ, 781 kcal	<b>Deftige Leberspätzle</b> mit Röstzwiebeln abgeschmelzt, dazu Bratensoße und Weinsauerkraut A,E,G,G1,I • Brennwert: 1821 kJ, 435 kcal	<b>Schupfnudelpfanne</b> mit buntem Saisongemüse, dazu eine Kräuter-Käsesoße  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2355 kJ, 565 kcal	<b>Lauch-Champignonragout</b> in Sahnesoße, dazu eine Portion Kartoffelrösti  A,G,G1,M • Brennwert: 1468 kJ, 352 kcal	<b>Hausgemachte Gulaschsuppe</b> mit Rindfleischwürfel, Kartoffeln, Paprika und Zwiebeln, pikant gewürzt, dazu ein Brötchen A,B,E,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2215 kJ, 530 kcal	<b>Hausgemachter Vanillereisbrei</b> dazu Sauerkirschkompott  E,G,G1,M • Brennwert: 1874 kJ, 445 kcal	
Menü 3	<b>Ein hausgemachtes Geflügelhacksteak</b> in Soße, dazu Karottengemüse und Sahnepüree A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 1677 kJ, 401 kcal	<b>Ein Seelachsfilet</b> in Senfsoße, dazu buntes Wurzelgemüse und Dillkartoffeln A,B,F,G,G1,M • Brennwert: 2014 kJ, 481 kcal	<b>Hausgemachte Wildbrätlnödel</b> in Preiselbeer-Wacholderrahmssoße, dazu schwäbische Eierspätzle  A,E,G,G1,M • Brennwert: 3085 kJ, 740 kcal	<b>Badischer Rindersauerbraten</b> mit grünen Bohnen, dazu zwei Kartoffelknödel A,B,E,G,G1,I,M • Brennwert: 3084 kJ, 737 kcal	<b>Schweinegeschnetzeltes</b> in Cognac <sup>1</sup> -Rahmssoße, dazu Blumenkohlröschen und Eierknöpfle E,A,G,G1,M • Brennwert: 2605 kJ, 624 kcal		
Menü 4 vegetarisch	<b>Kräuter-Kratzete</b> (Luftige Kräuter-Pfannkuchenstücke) mit Pastinaken a la creme  E,G,G1,M • Brennwert: 2777 kJ, 664 kcal	<b>Eine Portion vegane Cevapcici</b> in Paprikasoße, dazu Bio-Erbsengemüse und Langkornreis A,B,G,G1 • Brennwert: 3122 kJ, 743 kcal	<b>Zwei panierte Veggie-Schnitzel</b> mit Bio-Karotten in Sahnesoße, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree  A,E,G,G1,M • Brennwert: 2833 kJ, 677 kcal	<b>Vegetarische Maultaschen mit Ei</b> geschnittene Gemüsemaultaschen, mit Rührei gebacken, dazu Tomatensoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2721 kJ, 644 kcal	<b>Vegetarisches Linsengemüse</b> mit Sellerie, Karotten und Lauch, dazu schwäbische Eierknöpfle  A,E,G,G1 • Brennwert: 3136 kJ, 751 kcal	<b>Hausgemachter Kartoffel-Gemüse-Auflauf</b> dazu eine Röstzwiebelsoße  A,E,G,G1,G4,M • Brennwert: 1981 kJ, 473 kcal	<b>Veggie-Gulasch mit Milchfiletstücken</b> in Majoransoße, dazu Rosenkohl und Kartoffelnocken E,G,G1,G4 • Brennwert: 2929 kJ, 694 kcal
Menü 6 Kaltmenü	<b>1 Paar Wiener Würstchen<sup>2,4</sup></b> mit hausgemachtem Kartoffelsalat, dazu Portionsketchup und eine Scheibe Bio-Brot  A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 1388 kJ, 332 kcal	<b>Lyoner Wurstsalat<sup>2,3,4,8,9</sup></b> „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	<b>Käsesalat „Winterzeit“</b> mit Kürbis- und Gemüsestreifen sowie Nüssen, in Honig-Senf-Dressing, mit Trauben garniert, dazu ein Mini-Baguette A,B,E,G,G1,G2,G3,H,H1,H3,M • Brennwert: 4478 kJ, 1074 kcal	<b>Hähnchen-Nuggets</b> paniert, mit Gurken-Mais-Paprikasalat, dazu ein Joghurt-Currydip und ein Brötchen  A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3407 kJ, 820 kcal	<b>Hausgemachte Räucherlachsrolle</b> mit Frischkäse-Räucherlachscreme gefüllt und mit Ei garniert  E,F,G,G1,G3,G4,J,M • Brennwert: 3412 kJ, 822 kcal		
Menü 7 Salatplatte vegetarisch		<b>Salatplatte „Klassik“</b> Weißkraut-, Karotten-, Gurken-, Nudel- und Blattsalat, mit einem halben Ei und Käse garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3347 kJ, 805 kcal	<b>Salatplatte „Asia“</b> Karotten-, Weißkraut-, Brokkolisalat, Reissalat und Blattsalat, mit Mini-Frühlingsrollen garniert, dazu ein Sesambrotchen A,B,C,E,G,G1,G3,M • Brennwert: 2839 kJ, 682 kcal	<b>Salatplatte „Winter“</b> Karotten-, Rote Bete-, Lauch- Champignon- und Waldorfsalat, mit Blattsalat, ausgarniert, dazu ein Weizenbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,H,H1,H2,H3,M • Brennwert: 2283 kJ, 549 kcal	<b>Salatplatte „Mediterran“<sup>2,4</sup></b> Tomaten-, Zucchini-, grüner Bohnensalat, Frischgemüse- Fenchelsalat, Blattsalat, mit Oliven <sup>6</sup> garniert, dazu ein Mini-Baguette A,B,C,E,F,G,G1,G2,G3,I,M • Brennwert: 2230 kJ, 536 kcal	<b>Salatplatte „Ei“</b> Karotten-, Rotkraut-, Gurken- und Eiersalat, dazu eine Blattsalatmischung und ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2418 kJ, 581 kcal	
Beilagen- salat 1	<b>Rotkrautsalat</b>  A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	<b>Frisee-Salat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	<b>Endiviensalat</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 428 kJ, 104 kcal	<b>Hausgemachter Karottensalat</b>  B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	<b>Blattsalat „Winter“</b> mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 367 kJ, 89 kcal	
Beilagen- salat 2	<b>Rotkrautsalat</b>  A,B • Brennwert: 228 kJ, 55 kcal	<b>Frisee-Salat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	<b>Endiviensalat</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 260 kJ, 64 kcal	<b>Hausgemachter Karottensalat</b>  B • Brennwert: 202 kJ, 49 kcal	<b>Rahm-Gurkensalat</b> mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	<b>Blattsalat „Winter“</b> mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 69 kcal	
Dessert	<b>Fruchtjoghurt</b> M • Brennwert: 588 kJ, 140 kcal	<b>Ein Mini-Kuchen</b> Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	<b>Kirschquark</b> M • Brennwert: 518 kJ, 124 kcal	<b>Grießdessert</b> G,G1,M • Brennwert: 684 kJ, 163 kcal	<b>Ein Mini-Weckmann</b> G,G1,G3,M • Brennwert: 751 kJ, 178 kcal	<b>Hausgemachtes „Bircher Müsli“</b> G,G3,G4,H,H1,H2,M • Brennwert: 939 kJ, 223 kcal	<b>Ein Buttermilchdessert</b> M • Brennwert: 591 kJ, 140 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.

