



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: 12,50 € Menü 3: 13,50 €
Menü 7: 12,50 € Dessert: 0,70 €
Samstag, Sonntag und Feiertag: 13,50 €

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

KW 17
vom 20.04. - 26.04.2026

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
spät. **Dienstag, 07.04.2026** dem Fahrer mit!

KW 17	Montag 20.04.2026	Dienstag 21.04.2026	Mittwoch 22.04.2026	Donnerstag 23.04.2026	Freitag 24.04.2026	Samstag 25.04.2026	Sonntag 26.04.2026
Menü 1	Frisch gebackener Fleischkäse^{2,4} mit Bratensoße, dazu Spinat a la creme und Salzkartoffeln A,B,G,G1,M • Brennwert: 2587 kJ, 618 kcal	Tortelloni „Carne di Manzo“ mit Rindfleisch gefüllt, dazu fruchtige Tomatensoße A,E,G,G1 • Brennwert: 2576 kJ, 610 kcal	Ein hausgemachtes Hacksteak in Bratensoße, dazu Karotten-Erbsengemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2592 kJ, 622 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	Schweinegulasch in Rahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2682 kJ, 645 kcal	Rindergeschnetzeltes in Meerrettichsoße ⁴ , dazu Salzkartoffeln aus der Region A,B,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2165 kJ, 517 kcal	Eine gebratene Hähnchenbrust in Geflügelsoße, dazu Brokkoliröschen und Kartoffelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1594 kJ, 380 kcal
Menü 2 kalt zum Aufwärmen	Eine vegetarische Frühlingsrolle mit asiatischem Gemüse gefüllt, dazu Sojasoße und Eier-Reis (Langkornreis mit Eierflocken) A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2909 kJ, 692 kcal	Schupfnudeln „Flammkuchen Style“ mit Lauch- und Speckstreifen ^{2,4} in Sauerrahm, mit Käse überbacken A,E,G,G1,M • Brennwert: 2137 kJ, 511 kcal	„Bami Goreng“ Indonesisches Nudelgericht mit Hähnchenfleisch, Gemüse und Eierflocken, dazu Sojasoße A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1902 kJ, 455 kcal	Geflügel-Cevapcici in Balkansoße, dazu Djuvec-Reis (mit Paprika und Erbsen) A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3564 kJ, 852 kcal	„Fusilli-Duett“ Spiral- und Vollkornspiralnudeln, mit Soja-Bolognese und geriebenem Hartkäse ² A,G,G1,J,M • Brennwert: 2324 kJ, 549 kcal	Luftiger Kaiserschmarrn (ohne Rosinen), dazu Apfel-Rhabarber-Kompott ⁴ E,G,G1,M • Brennwert: 2684 kJ, 641 kcal	
Menü 3	Ein Paar Geflügelbratwürste^{2,4} in Röstzwiebelsoße, dazu Rotkraut und hausgemachtes Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2727 kJ, 650 kcal	Schweineroulade „Mediterran“^{2,4,6} mit Tomatenstücken, Zucchini und Oliven in Tomatensoße, dazu Rosmarinkartoffeln A,B,E,G,G1 • Brennwert: 1896 kJ, 454 kcal	Ein gedämpftes Fischfilet auf buntem Fenchel-Wurzelgemüse in Zitronensoße, dazu feine Bandnudeln A,E,F,G,G1,M • Brennwert: 2783 kJ, 666 kcal	Ein paniertes Schweineschnitzel dazu Bratensoße und Dampfkartoffeln aus der Region E,G,G1,M • Brennwert: 2163 kJ, 516 kcal	Ragout fin vom Kalb mit Champignons in Sahnesoße, dazu bunter Gemüsereis A,E,G,G1,M • Brennwert: 2491 kJ, 593 kcal		
Menü 4 vegetarisch	Veggie-Gulasch „Ungarisch“ (auf Weizen-Basis) in Paprika-Zwiebelsoße, dazu Dampfkartoffeln A,B,G,G1 • Brennwert: 2100 kJ, 502 kcal	Käse-Tortelloni „Napoli“ dazu eine fruchtige Tomatensoße E,G,G1,M • Brennwert: 2405 kJ, 570 kcal	Hausgemachte vegane Frikadelle in Röstgemüsesoße, dazu Karotten-Erbsengemüse und Kartoffelstampf A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2016 kJ, 483 kcal	Allgäuer Käseknöpfe mit Bergkäse und Röstzwiebeln verfeinert, dazu Röstgemüsesoße E,G,G1,M • Brennwert: 2950 kJ, 709 kcal	3 Stück Kartoffelrösti dazu buntes Rahmgemüse (Blumenkohl, Brokkoli, Karotten und Zucchini) G,G1,M • Brennwert: 1737 kJ, 416 kcal	Sojageschnetzeltes „Esterhazy“ mit Wurzelgemüwestreifen in Röstgemüsesoße, dazu Eierteigwaren A,B,E,G,G1 • Brennwert: 2585 kJ, 599 kcal	Veggie-Käse-Klopse in Röstgemüsesoße, dazu Brokkoli und Kartoffelpüree A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2662 kJ, 636 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	Bunte Käseauswahl^{1,2} verschiedene Sorten Hart- und Weichkäse, mit Zwiebelringen und Trauben garniert, dazu ein Laugenbrötchen E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3502 kJ, 840 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	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	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		Salatplatte „Mediterran“^{2,4} Tomaten-, Zucchini-, grüner Bohnensalat, Frischgemüse- Fenchelsalat, Blattsalat, mit Zwiebeln garniert, dazu ein Baguette A,B,C,E,F,G,G1,G2,G3,I,M • Brennwert: 2230 kJ, 536 kcal	Salatplatte „Klassik“ 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: 3416 kJ, 821 kcal	„Farmer“-Salatplatte Blumenkohl-, Paprika-, Gurken- und Mais-Kidneybohnen Salat, Blattsalat, schön ausgarniert, dazu ein Brötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2451 kJ, 588 kcal	Salatplatte „Holländische Art“ Karotten-, Gurken-, Rettichsalat, Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Baguettebrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2744 kJ, 660 kcal	Salatplatte „Frühling“ Kohlrabi-, Radieschen-, Karotten- und Champignon-Frühlingszwiebel-Salat, Blattsalat, schön ausgarniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2419 kJ, 581 kcal	
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	Endivien-Mix-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 428 kJ, 104 kcal	Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal	Rote Bete-Salat⁹ Brennwert: 115 kJ, 28 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	Endivien-Mix-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 263 kJ, 64 kcal	Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal	Zucchini-salat A,B,E,M • Brennwert: 241 kJ, 58 kcal	
Dessert	Fruchtjoghurt M • Brennwert: 299 kJ, 71 kcal	Vanillepudding M • Brennwert: 661 kJ, 157 kcal	Zwei Mini-Waffeln E,G,G1,J,L • Brennwert: 988 kJ, 237 kcal	Erdbeerquark M • Brennwert: 280 kJ, 66 kcal	Ein Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung	Frischer Obstsalat Brennwert: 437 kJ, 105 kcal	Froop-Joghurtdessert¹ 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 = Wir verwenden Bio-Zutaten - diese Kennzeichen wir in grüner Schrift.** 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: KJ= Kilojoule, Kcal= Kilokalorien
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.

