



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 19
vom 04.05. - 10.05.2026

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
spät. **Montag, 20.04.2026** dem Fahrer mit!

| KW 19 | Montag 04.05.2026 | Dienstag 05.05.2026 | Mittwoch 06.05.2026 | Donnerstag 07.05.2026 | Freitag 08.05.2026 | Samstag 09.05.2026 | Sonntag 10.05.2026 |
|---|--|---|---|--|---|---|---|
| Menü 1 | 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 Geflügelklößchen dazu ein Sesambrotchen A,B,C,E,G,G1,G3,M • Brennwert: 2818 kJ, 675 kcal | Köttbullen in Rahmsoße (kleine Fleischbällchen), dazu Mais-Karottengemüse und Langkornreis A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3722 kJ, 887 kcal | Schweinegeschnetzeltes in Rahmsoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2582 kJ, 621 kcal | 3 Eierpfannkuchen mit einer herzhaften Fleisch-Gemüse-Soße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2245 kJ, 536 kcal | Gefüllter Putenrollbraten⁸ in Geflügelsoße, dazu Zucchini-Gemüse und Kartoffelpüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 1712 kJ, 410 kcal | Eine Schweineroulade in Rahmsoße, dazu Vichy-Karotten und Eierteigwaren A,E,G,G1,M • Brennwert: 2781 kJ, 688 kcal |
| Menü 2 kalt zum Aufwärmen | Sojageschnetzeltes in Paprikasoße, dazu grüne Bio-Bohnen und Langkornreis A,B,G,G1,J • Brennwert: 2650 kJ, 609 kcal | Gemüsemautaschen „Asia“ mit knackigem Wok-Gemüse, dazu Sojasoße A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1549 kJ, 368 kcal | Ragout fin vom Geflügel mit Spargel- und Pfirsichstücken in Sahnesoße, dazu bunter Gemüsereis A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 2491 kJ, 593 kcal | Hausgemachtes Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Käse überbacken, dazu eine Majoransoße A,E,G,G1,M • Brennwert: 1913 kJ, 457 kcal | Makkaroni-Lauch-Auflauf mit Veggie-Hack und Käse überbacken, dazu fruchtige Tomatensoße E,G,G1,G4,J,M • Brennwert: 1926 kJ, 457 kcal | Süßer Quark-Auflauf dazu Pfirsichkompott E,G,G1,M • Brennwert: 1843 kJ, 436 kcal | |
| Menü 3 | Ein paniertes Seelachsfilet mit Dampfkartoffeln, dazu Joghurt-Remouladensoße ⁹ B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 4019 kJ, 967 kcal | Hausgemachtes „Bifteki“ (Hacksteak mit Fetakäse und buntem Gemüse) in orientalischer Soße, dazu Nudelreis A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 3415 kJ, 820 kcal | Geschnetzelte Rinderleber „sauer“ in Rotwein-Balsamico ¹ -Soße, dazu Kartoffel-Kräuterpüree B,G,G1,I,M • Brennwert: 1917 kJ, 458 kcal | Hähnchenbrustfilet in Champignonrahmsoße, dazu eine Portion Kartoffelrösti A,E,G,G1,M • Brennwert: 1863 kJ, 446 kcal | Badisches Ochsenragout Rindfleischwürfel in Meerrettichsoße, dazu Petersilienkartoffeln A,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2274 kJ, 543 kcal | | |
| Menü 4 vegetarisch | Allgäuer Käsespätzle mit Emmentaler-, Bergkäse und mit Zwiebeln verfeinert, dazu Röstgemüse-Soße E,G,G1,M • Brennwert: 3291 kJ, 785 kcal | Zwei Hackbällchen in Röstzwiebelsoße, dazu Bio-Karotten-Erbsengemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree A,B,G,G1,M • Brennwert: 2545 kJ, 608 kcal | Vegetarische Cannelloni „Ricotta-Spinat“ in Tomatensoße, mit Käse überbacken E,G,G1,M • Brennwert: 2448 kJ, 583 kcal | Hausgemachte Linsenbolognese mit bunten Farfalle-Teigwaren, dazu geriebener Hartkäse ² A,E,G,G1,M • Brennwert: 3097 kJ, 741 kcal | Ein Eieromelett mit Spinat a la creme, dazu Kartoffeln aus regionalem Anbau E,G,G1,M • Brennwert: 2019 kJ, 483 kcal | Überbackene Zucchini mit Rindfleisch und Gemüse, mit Käse überbacken, dazu hausgemachtes Zwiebelpüree A,E,G,G1,M • Brennwert: 1909 kJ, 456 kcal | Zwei Gemüsefrikadellen mit Spargelstücken a la creme A,E,G,G1,M • Brennwert: 1758 kJ, 421 kcal |
| Menü 6 Kaltmenü | Fleischsalat „Balkan Art“^{2,3,4,8,9} mit Zwiebeln, Essiggurken und Paprika, dazu 2 Scheiben Bio-Brot A,B,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 4003 kJ, 959 kcal | 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 | Zwei vegane Knusperfrikadellen mit hausgemachtem Kartoffelsalat und Tomaten-Paprika-Dip, dazu ein Brötchen B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2503 kJ, 598 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 | Ein geräuchertes Heringsfilet^{2,4,9} mit Waldorfsalat und Sahnemeerrettich, dazu ein Mini-Baguette A,B,E,F,G,G1,G2,G3,H,H3,I,M • Brennwert: 3311 kJ, 796 kcal | | |
| Menü 7 Salatplatte vegetarisch | | Salatplatte „Ei“ Karotten-, Roter Rettich-, Gurkensalat und Eiersalat, dazu eine Blattsalatmischung und ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2349 kJ, 565 kcal | Salatplatte „Holländische Art“ Karotten-, Weißkraut-, Brokkolisalat, Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Weizenbrötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2551 kJ, 613 kcal | Salatplatte „Asia“ Karotten-, Weißkraut-, Brokkolisalat, Bohnsalat und Blattsalat, mit Mini-Frühlingsrollen garniert, dazu ein Sesambrotchen A,B,C,E,G,G1,G3,M • Brennwert: 2839 kJ, 682 kcal | Salatplatte „Mediterran“^{2,4} Tomaten-, Zucchini-, grüner Bohnsalat, Frischgemüse- Fenchelsalat, Blattsalat, mit Oliven ⁶ garniert, dazu ein Mini-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 | |
| Beilagen- salat 1 | Hausgemachter Gurkensalat A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal | Frisee-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 344 kJ, 83 kcal | Karotten-Ananas-Salat A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal | Eisbergsalat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 450 kJ, 108 kcal | Rote Bete-Salat⁹ Brennwert: 115 kJ, 28 kcal | Blattsalat „Frühling“ mit Joghurt-Dressing A,B,E,M • Brennwert: 358 kJ, 86 kcal | |
| Beilagen- salat 2 | Hausgemachter Gurkensalat A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal | Frisee-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 261 kJ, 64 kcal | Karotten-Ananas-Salat A,B • Brennwert: 598 kJ, 143 kcal | Eisbergsalat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 283 kJ, 68 kcal | Kohlrabisalat A,B,E,M • Brennwert: 333 kJ, 81 kcal | Blattsalat „Frühling“ mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 276 kJ, 66 kcal | |
| Dessert | Zwei Haselnusstafeln („Hanuta“) G,G1,H,H2,J,M • Brennwert: 995 kJ, 239 kcal | Buttermilchdessert „Limette-Zitrone“ M • Brennwert: 591 kJ, 140 kcal | Frischer Obstsalat Brennwert: 437 kJ, 105 kcal | Eine Portion Apfelsmus⁴ Brennwert: 345 kJ, 83 kcal | Fruchtjoghurt M • Brennwert: 299 kJ, 71 kcal | Gebäckstück Allergene: siehe Verpackung Brennwert: siehe Verpackung | Waldfruchtcreme M • Brennwert: 681 kJ, 163 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 = Weizen¹, G2 = Roggen², G3 = Gerste³, G4 = Hafer⁴, H = Schalenfrüchte, H1 = Mandeln⁵, H2 = Haselnüsse⁶, H3 = Walnüsse⁷, H4 = Kaschunüsse⁸, H5 = Pecannüsse⁹, H6 = Paranüsse¹⁰, H7 = Pistazien¹¹, H8 = Macadamianüsse¹², 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; ⁹ und daraus gewonnene Erzeugnisse · Regelmäßige neutrale Hygienekontrollen durch das BAV-Institut Offenburg. Unsere Frischmenüs sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

