



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: 11,00 € Menü 3: 12,00 €
Menü 7: 11,00 € Dessert: 0,90 €
Samstag, Sonntag und Feiertag: 12,00 €

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

KW 41
vom 05.10. - 11.10.2026

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

Bitte geben Sie die **Essensbestellung** bis
spät. **Montag, 21.09.2026** dem Fahrer mit!

KW 41	Montag 05.10.2026	Dienstag 06.10.2026	Mittwoch 07.10.2026	Donnerstag 08.10.2026	Freitag 09.10.2026	Samstag 10.10.2026	Sonntag 11.10.2026
Menü 1	Ein hausgemachtes Hacksteak in Bratensoße, dazu Karotten-Erbsengemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree A,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2592 kJ, 622 kcal 	Tortelloni „Carne di Manzo“ mit Rindfleisch gefüllt, dazu fruchtige Tomatensoße A,E,G,G1 • Brennwert: 2576 kJ, 610 kcal	1 Paar Bratwürste^{2,4} in Röstzwiebelsauce, dazu Rahmspinat und Dampfkartoffeln A,E,B,G,G1,M • Brennwert: 1916 kJ, 458 kcal 	Chili con Carne mit Mais, Kidneybohnen, Paprika und Zwiebeln, dazu Langkornreis B,E,G,G1 • Brennwert: 3193 kJ, 760 kcal 	Schweinegulasch in Paprikasoße, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1 • Brennwert: 2648 kJ, 636 kcal	Zartes Schweinefilet in Rahmsauce, dazu Rosenkohl und Kartoffelrösti E,G,G1,M • Brennwert: 1609 kJ, 385 kcal	Putenrollbraten gefüllt mit Geflügelbrät ⁸ , in Rahmsauce, dazu feine Erbsen und Semmelknödel A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2750 kJ, 658 kcal
Menü 2 kalt zum Aufwärmen	3 Eierpfannkuchen mit Blumenkohlrisotto a la creme E,G,G1,M • Brennwert: 2101 kJ, 501 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 viel Gemüse und Eierflocken, dazu Sojasauce A,B,E,G,G1,J,M • Brennwert: 1984 kJ, 475 kcal 	Geflügel-Cevapcici in Balkansauce, dazu Djuvec-Reis (mit Paprika und Erbsen) A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 3564 kJ, 852 kcal	Bio-Vollkorn-Tortelloni (mit Spinat-Käsefüllung) dazu eine Möhren-Kürbis-Bolognese A,E,G,G1,J,M • Brennwert: 3686 kJ, 881 kcal 	Zwei süße Dampfnudeln mit Zimtucker bestreut, dazu Vanillesauce und Pflaumenkompott E,G,G1,M • Brennwert: 1857 kJ, 443 kcal 	
Menü 3	Ein Hähnchenbrustfilet in Estragonrahmsauce, dazu schwäbische Eierspätzle A,E,G,G1,M • Brennwert: 2521 kJ, 606 kcal	Schweineroulade in Bratensoße, dazu Apfelrotkohl und hausgemachtes Sahnepüree A,B,E,G,G1,M • Brennwert: 2132 kJ, 509 kcal	Ein gedämpftes Seehechtfilet in Senfsauce, dazu feine Gemüsenudeln A,B,E,F,G,G1,M • Brennwert: 2451 kJ, 587 kcal 	Ein paniertes Schweineschnitzel dazu Bratensoße und Dampfkartoffeln aus der Region E,G,G1,M • Brennwert: 2163 kJ, 516 kcal	Rindergeschnetzeltes in Meerrettichsauce ⁴ , dazu Salzkartoffeln aus der Region A,B,E,G,G1,I,M • Brennwert: 2165 kJ, 517 kcal		
Menü 4 vegetarisch	Hausgemachte vegane Frikadelle in Röstgemüsesauce, dazu Karotten-Erbsengemüse und Kartoffelstampf A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2016 kJ, 484 kcal 	„Schwäbische Lasagne“ geschnittene Gemüsemaultaschen in Tomatensoße, mit Käse überbacken A,E,G,G1,M • Brennwert: 2001 kJ, 473 kcal	Eine Portion Schupfnudeln mit buntem Saisongemüse, dazu eine Kräuter-Käsesauce A,E,G,G1,M • Brennwert: 2372 kJ, 567 kcal	Allgäuer Käseknöpfe mit Bergkäse und Röstzwiebeln verfeinert, dazu Röstgemüsesauce E,G,G1,M • Brennwert: 3154 kJ, 758 kcal	Serviettenknödelscheiben mit buntem Herbstgemüse (u.a. Möhren, Kürbis, Kohlrabi) a la creme E,G,G1,M • Brennwert: 2085 kJ, 498 kcal	Bunte Gemüseplatte 3 Sorten Saisongemüse, dazu 2 Kartoffelrösti und holländische Soße A,E,G,G1,M • Brennwert: 2012 kJ, 480 kcal	Veggie-Gulasch in Majoransauce, dazu feine Erbsen und Semmelknödel A,E,G,G1,M • Brennwert: 2412 kJ, 579 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	1 Paar Wiener Würstchen^{2,4} mit Kartoffelsalat, dazu Portionsenf und eine Scheibe Bio-Brot A,B,G,G1,G2,G3 • Brennwert: 2647 kJ, 633 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 	Bunter Käsesalat in Essig-Öl-Dressing, mit Tomaten, Paprika, Gurken und Zwiebeln, dazu 2 Scheiben Bio-Brot B,G,G1,G2,G3M • Brennwert: 3739 kJ, 898 kcal 	Krabbensalat^{1,4,8} in Cocktailsauce, mit Ananas garniert, dazu ein Mini-Baguette B,E,G,G1,G2,G3,I,K,M • Brennwert: 3644 kJ, 690 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-Kidneybohnenalat, Blattsalat, schön ausgemischt, dazu ein Brötchen A,B,C,E,G,G1,G2,G3,M • Brennwert: 2451 kJ, 588 kcal	Salatplatte „Holländische Art“ Karotten-, Gurken-, Rotkrautsalat, Nudelsalat, Blattsalat, mit Käsescheibe garniert, dazu ein Bio-Vollkornbrötchen A,B,C,E,G,G1,M • Brennwert: 2686 kJ, 645 kcal	Salatplatte „Herbst“ Kürbis-, Zucchini-Mais-, Brokkolisalat, Käsesalat mit Nüssen und Äpfeln, Blattsalat, ausgemischt, dazu ein Vollkorn-Kürbisweck A,B,C,E,G,G1,G2,G3,H,H1,H2,H3,M • Brennwert: 2326 kJ, 559 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	Endivien-Mix-Salat mit weißem Dressing A,B,E,M • Brennwert: 428 kJ, 104 kcal	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 kcal	Rote Bete-Salat⁹ Brennwert: 115 kJ, 28 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	Endivien-Mix-Salat mit Essig-Öl-Dressing B • Brennwert: 263 kJ, 64 kcal	Rahm-Gurkensalat mit Dill verfeinert A,B,E,M • Brennwert: 336 kJ, 81 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: 520 kJ, 124 kcal	Kirschquark M • Brennwert: 540 kJ, 129 kcal	Ein Schoko-Doppelkeks E,G,G1,M • Brennwert: 592 kJ, 141 kcal	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. Brennwerte: KJ= Kilojoule, Kcal= Kilokalorien
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.

