











C&C

	Menü 1 deli-carte 6,50€	Menü 2 vegetarisch 6,20€ / Als Mini Mo-Fr 5,70€	Menü 3 6,50€	Menü 4 deli-carte 6,50€	Kaltmenü nur EPS 6,20€	Menü 6 6,50€ / Als Mini Mo-Fr 5,90€	Stückdessert hausgemacht 0,50€
MO 03.05.	Kasseler Lummebraten in kräftiger Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffeln  100g enthalten: kJ 319 kcal 76 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17, 20, 22	Backkäse auf Djuvetschreis, dazu Gemüse-Rahmsauce und Krautsalat "Coleslaw" 100g enthalten: kJ 411 kcal 98 ZIA 2, 4, 11, 11a, 13, 17, 19, 20	Hähnchenbrust in Tomatensauce, dazu Erbsen natur und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 317 kcal 76 ZIA 2, 5, 11a, 17, 19	Rindfleisch aus der Keule mit Meerrettichsauce, dazu Prinzessbohnen und Bouillonkratoffeln 100g enthalten: kJ 299 kcal 71 ZIA 2, 5, 9, 11a, 17, 19, 22	Kaltmenü: Sülze vom Schwein mit Kartoffel-Speck-Salat (Öl und Essig), dazu Remouladensauce  100g enthalten: kJ 568 kcal 136 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 19, 20, 22	Schweinebällchen in Champignonsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 341 kcal 81 ZIA 2, 5, 11a, 13, 22	Dessert Pfirsichjoghurt 100g enthalten: kJ 309 kcal 74 ZIA 2, 17
DI 04.05.	Hähnchenschenkel mit Ratatouille-Bulgur 100g enthalten: kJ 636 kcal 152 ZIA 2, 11a	Schwäbisches Linsengericht mit feinem Wurzelgemüse und Eierspätzle, dazu Kappessalat 100g enthalten: kJ 456 kcal 109 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 19, 20, 22	Fleischkäse (vom Schwein) in dunkler Zwiebel-Sauce, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 436 kcal 104 ZIA 3, 5, 10, 11a, 17, 19, 20, 22	Penne Bolognese Penne mit Rinderhackfleischsauce 100g enthalten: kJ 284 kcal 68 ZIA 2, 11a	Kaltmenü: Geflügelbockwurst mit Nudelsalat, dazu Senf 100g enthalten: kJ 770 kcal 184 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 11a, 13, 20	Mettwurst vom Schwein auf dicken Bohnen mit Speck, dazu Kartoffel-Zwiebel-Püree  100g enthalten: kJ 466 kcal 111 ZIA 3, 5, 7, 10, 11a, 17	Dessert Grießbrei 100g enthalten: kJ 415 kcal 99 ZIA 1, 11a, 17
MI 05.05.	Rostbratwurst vom Schwein in Currysauce mit Balkangemüse und Reis  100g enthalten: kJ 502 kcal 120 ZIA 2, 10, 11a, 17, 19, 20	Vegetarischer Nudelcevapcici mit Gemüse in Papika-Joghurt-Sauce, dazu Vollkorn-Djuvecreis und Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 449 kcal 107 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19, 20	Hausgemachter Putenhackbraten in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 244 kcal 58 ZIA 2, 11a, 13, 17	Hähnchenbrust in feiner Pilzsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln 100g enthalten: kJ 264 kcal 63 ZIA 2, 11a, 17	Kaltmenü: Milchreis mit Erdbeer-Rhabarber-Sauce 100g enthalten: kJ 580 kcal 139 ZIA 1, 2, 17	Lammhacksteak in dunkler Sauce, dazu Rosenkohl in Rahm und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 343 kcal 82 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19, 20	Dessert Schokoladenpudding 100g enthalten: kJ 375 kcal 90 ZIA 17
DO 06.05.	Schweinegeschnetzeltes mit Erbsen und Karotten, dazu gekochte Spirelli- Nudeln  100g enthalten: kJ 413 kcal 99 ZIA 2, 11a, 17	Kartoffel-Gemüse-Bratling (Karotten, Erbsen, Mais) auf Erbsen-Möhren in Rahm und Penne 100g enthalten: kJ 529 kcal 126 ZIA 4, 11a, 13, 17	Rinderbraten in Bratensauce, dazu Blumenkohl natur und feines Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 238 kcal 57 ZIA 2, 5, 11a, 17	Putengeschnetzeltes mit Champignons, Erbsen und Reis 100g enthalten: kJ 285 kcal 68 ZIA 2, 11a, 17	Kaltmenü: Schinkenwurst vom Schwein mit Kartoffelsalat (Salatmayonnaise), dazu Senf  100g enthalten: kJ 829 kcal 198 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 20, 22	Heringsstipp "Rheinische Art" mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 290 kcal 69 ZIA 2, 4, 9, 13, 14, 17, 20	Dessert Stracciatella-Quark 100g enthalten: kJ 682 kcal 163 ZIA 4, 17
FR 07.05.	Wildlachs in Dillsauce, dazu gekochte Spirelli-Nudeln mit Mischgemüse 100g enthalten: kJ 309 kcal 74 ZIA 11a, 14, 17, 19	Vegetarische Nuggets auf Reis, dazu Balkangemüse und Curry-Frucht-Sauce 100g enthalten: kJ 486 kcal 116 ZIA 2, 4, 11a, 16, 17, 19, 20	Backfisch (Seelachsfilet) mit Blattspinat und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 573 kcal 137 ZIA 5, 10, 11a, 14, 17, 20, 22	Curry-Hähnchenpfanne indische Art Hähnchenbruststreifen mit Früchten, dazu Reis 100g enthalten: kJ 297 kcal 71 ZIA 2, 11a, 17, 20	Kaltmenü: Rindercevapcici auf orientalischem Bulgursalat, dazu Tzatziki 100g enthalten: kJ 700 kcal 167 ZIA 2, 4, 11a, 13, 17, 20	Deftiger Geflügelfleischtopf mit Kartoffeleinlage und Brechbohnen 100g enthalten: kJ 275 kcal 66 ZIA 5, 19, 22	Dessert Milchreis 100g enthalten: kJ 401 kcal 96 ZIA 1, 17
SA 08.05.	Linseneintopf mit Kartoffeleinlage, Möhren, und Sellerie, dazu geräucherte Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 464 kcal 111 ZIA 3, 5, 10, 17, 19, 22	Sojahackbällchen in Petersilien-Rahm-Sauce, dazu Salzkartoffeln und Brechbohnen 100g enthalten: kJ 387 kcal 93 ZIA 1, 4, 10, 11a, 16, 17, 19	Arbeiterwohlfahrt-Ortsverein Haan–Essen auf Rädern im Kreisverband Mettmann Breidenhofer Str. 7—42781 Haan Information + Beratung Frau Willems/Frau Barz Telefon: 02129-2550—Fax: 02129-31197 Homepage: www.awo-haan.de Mail: ortsverein@awo-haan.de Wochenbestellungen bis Mittwoch der Vorwoche, Nach- und Abbestellung erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 13:30 Uhr Verbrauchsdaten und Zubereitung: siehe Verpackung			Putensteak in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl natur und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 268 kcal 64 ZIA 2, 5, 11a, 17	Dessert Erdbeerrjoghurt 100g enthalten: kJ 304 kcal 72 ZIA 2, 17
SO 09.05.	Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 405 kcal 97 ZIA 4, 11a, 17	Eieromelette mit Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 321 kcal 77 ZIA 2, 4, 5, 13, 17				Schweineroulade mit Hackfleischfüllung in Kräuter-Senfauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 343 kcal 82 ZIA 2, 4, 5, 11a, 17, 20, 22	Dessert Quark mit Kirschen 100g enthalten: kJ 341 kcal 82 ZIA 1, 2, 17

Die Angaben über kcal/kJ sind Durchschnittswerte, die sich auf 100 g des Menüs beziehen. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gemäß EG-Öko-Verordnung gekocht. Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene.
Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen und Informationen: 1=Farbstoff; 2=Säuerungsmittel; 3=Konservierungsmittel; 4=Verdickungsmittel; 5=Antioxidationsmittel; 6=aus Fleischteilen zusammengesetzt; 7=Nitritpökelsalz; 8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat
Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21= Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere
Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.