











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 31.05.	Putenbraten in feiner Sauce, dazu Erbsen-Möhren-Gemüse und Kartoffeln 100g enthalten: kj 281 kcal 67 ZIA 2, 11a, 17	Zucchini-Möhrenpuffer auf Balkangemüse, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kj 329 kcal 79 ZIA 5, 11a, 13, 17, 19	Hähnchenbrust in Bärlauch-Rahm-Sauce, dazu Blattspinat und Spirellinudeln 100g enthalten: kj 396 kcal 95 ZIA 4, 5, 11a, 17, 19, 22	Frikadelle vom Rind mit brauner Sauce, dazu Kohlrabi-gemüse und Kartoffeln 100g enthalten: kj 351 kcal 84 ZIA 2, 11a, 13, 17	Kaltmenü: Orientalischer Couscous dazu Falafelbällchen und Tomaten 100g enthalten: kj 805 kcal 192 ZIA 2, 11a	Fleischkäse (vom Schwein) in dunkler Zwiebel-Sauce, dazu Bayrisch-Kraut und Kartoffel-Erbsenpüree  100g enthalten: kj 411 kcal 98 ZIA 3, 5, 10, 11a, 17, 19, 20	Dessert Pfirsichjoghurt 100g enthalten: kj 309 kcal 74 ZIA 2, 17
DI 01.06.	Rinderbraten in kräftiger Sauce, dazu Bohnenge-müse und vier kleine Knödel 100g enthalten: kj 307 kcal 73 ZIA 2, 4, 11a, 17	Vegetarische Sojafrikadelle mit Käse-Rahm-Sauce, dazu tomatisiertes Zucchini-gemüse und Gabelspaghetti 100g enthalten: kj 462 kcal 110 ZIA 1, 2, 4, 9, 10, 11a, 16, 17, 19, 20	Schweinebraten in Champignon-Sauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln  100g enthalten: kj 358 kcal 85 ZIA 2, 5, 11a, 22	Rostbratwurst vom Schwein in brauner Sauce, Fingermöhren und Kartoffeln  100g enthalten: kj 442 kcal 106 ZIA 2, 10, 11a, 17, 20	Kaltmenü: Hähnchenbrustfiletstücke dazu Nudelsalat mit Tomaten 100g enthalten: kj 597 kcal 143 ZIA 2, 3, 11a, 13, 17, 20	Putensteak in Paprika-Joghurtsauce, dazu Karottengemüse und Kartoffelpüree 100g enthalten: kj 258 kcal 62 ZIA 2, 5, 11a, 17	Dessert Grießbrei 100g enthalten: kj 415 kcal 99 ZIA 1, 11a, 17
MI 02.06.	Kasseler Braten auf Ananaskraut, dazu Kartoffelpü-ree  100g enthalten: kj 324 kcal 77 ZIA 2, 3, 5, 17, 22	Planted Chicken Frikassee (pflanzlich) (auf Erbsenbasis) in Curry-Fruchtsauce, dazu Vollkornreis und Tomatensalat 100g enthalten: kj 491 kcal 117 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	Putenbraten in dunkler Sauce, dazu Kohlrabi-gemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kj 249 kcal 59 ZIA 2, 11a, 17	Zucchini-Hackfleisch-Pfanne mit gekochten Penne-Nudeln  100g enthalten: kj 300 kcal 72 ZIA 11a, 17	Kaltmenü: Geflügelfrikadelle dazu bunter Nudelsalat und Tomaten 100g enthalten: kj 899 kcal 215 ZIA 11a, 13, 16, 20	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
DO 03.06.	Lammhacksteak auf Zucchini-gemüse, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kj 363 kcal 87 ZIA 2, 11a, 13, 19, 20	Vegetarischer Nudelcevapcici mit Gemüse in Thunfisch-Tomatensauce, dazu Fingermöhren natur und Salzkartof-feln 100g enthalten: kj 358 kcal 85 ZIA 2, 11a, 14, 16, 17, 19	Schlemmerfilet vom Alaska Seelachs auf Reis, dazu Dillsauce und Lauchgemüse 100g enthalten: kj 402 kcal 96 ZIA 4, 11a, 14, 17, 19	Zucchini-Hackfleisch-Pfanne mit gekochten Penne-Nudeln  100g enthalten: kj 300 kcal 72 ZIA 11a, 17	Kaltmenü: Hähnchenkebab dazu Kartoffelsalat 100g enthalten: kj 879 kcal 210 ZIA 11b, 13, 17, 19, 20	Weißer Bohneneintopf mit Wurzelgemüse, dazu Bockwurst vom Schwein  100g enthalten: kj 380 kcal 91 ZIA 3, 5, 10, 19, 22	Dessert Bananenpudding 100g enthalten: kj 325 kcal 78 ZIA 17
FR 04.06.	Lammhacksteak auf Zucchini-gemüse, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kj 363 kcal 87 ZIA 2, 11a, 13, 19, 20	Vegetarischer Nudelcevapcici mit Gemüse in Thunfisch-Tomatensauce, dazu Fingermöhren natur und Salzkartof-feln 100g enthalten: kj 358 kcal 85 ZIA 2, 11a, 14, 16, 17, 19	Schlemmerfilet vom Alaska Seelachs auf Reis, dazu Dillsauce und Lauchgemüse 100g enthalten: kj 402 kcal 96 ZIA 4, 11a, 14, 17, 19	Asiatische Hähnchenpfanne mit Gemüse und Reis 100g enthalten: kj 239 kcal 57 ZIA 2, 11a, 17	Kaltmenü: Geflügelfrikadelle mit orientalischem Couscous und Tomaten 100g enthalten: kj 769 kcal 184 ZIA 2, 11a, 13	Weißer Bohneneintopf mit Wurzelgemüse, dazu Bockwurst vom Schwein  100g enthalten: kj 380 kcal 91 ZIA 3, 5, 10, 19, 22	Dessert Milchreis 100g enthalten: kj 401 kcal 96 ZIA 1, 17
SA 05.06.	Wirsingentopf mit Speck und Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kj 468 kcal 112 ZIA 3, 5, 7, 10, 22	Rührei mit Blattspinat und Salzkartoffeln 100g enthalten: kj 433 kcal 103 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	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			Hähnchenbrust in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Kartoffel-Sellerie-Püree 100g enthalten: kj 265 kcal 63 ZIA 2, 5, 11a, 17, 19	Dessert Quark mit Kirschen 100g enthalten: kj 341 kcal 82 ZIA 1, 2, 17
SO 06.06.	Schweineschnitzel auf Balkangemüse (Mais, Karotte, Bohne), dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kj 442 kcal 106 ZIA 5, 11a, 17, 19	Pilzpfanne mit Wirsinggemüse und Salzkartof-feln 100g enthalten: kj 231 kcal 55 ZIA 1, 4, 5, 10, 11a, 17, 22				Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" dazu Kohlrabi natur und Salzkartoffeln 100g enthalten: kj 266 kcal 64 ZIA 2, 9, 11a, 20	Dessert Erdbeerjoghurt 100g enthalten: kj 304 kcal 72 ZIA 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.