

Menüs A - H mit Dessert

	Menü A - Silber Klassiker € 5,70	Menü B - Blau Vegetarisch € 5,70 / Mini € 5,30	Menü C - Kalt Kalte Platte € 5,70	Menü D - Grün Schweinefleischfrei € 5,70	Menü G - Schwarz Kleiner Genuss € 5,30	Menü H - Gold Gourmet € 6,30	Menü I - Rot Leichte Küche € 5,70
MO 19.06.	Schweinegeschnetzeltes "Berner Art" mit herzhafter Champignonsauce, dazu Kartoffelpüree und Kappessalat * kJ 2629 kcal 626 E 16 KH 33 Fett 35 ZSA 1, 10, 11a, 13, 17, 2, 20, 22, 3, 5	Broccoli- Nuss- Ecke mit fruchtiger Tomatensauce und Korkenziehernudeln kJ 2343 kcal 558 E 19 KH 86 Fett 15 ZSA 11a, 11c, 17, 18a, 18b, 19	Heringsfilet "Matjes Art" in pikanter Mayonnaise mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken an Speckkartoffelsalat * kJ 5628 kcal 1340 E 29 KH 48 Fett 116 ZSA 13, 14, 17, 2, 20, 22, 3, 4, 5, 7, 9	Sommerlicher Gemüseeintopf mit 2 Geflügelbuckwürstchen kJ 1382 kcal 329 E 26 KH 31 Fett 10 ZSA 2, 22, 3, 5, 7	Putensteak in Geflügelsauce, dazu Broccoli und Salzkartoffeln kJ 1686 kcal 402 E 18 KH 35 Fett 9 ZSA 11a, 17, 22, 5	Cordon Bleu vom Schwein gefüllt mit Schinken und Käse auf Reis, dazu feine Rahmsauce und Broccoli * kJ 2238 kcal 533 E 39 KH 59 Fett 15 ZSA 11a, 13, 17, 3, 6	Putensteak in Geflügelsauce, dazu Brechbohnen, Karotten, Schwarzwurzel und Salzkartoffeln kJ 1730 kcal 412 E 35 KH 52 Fett 6 ZSA 11a, 17, 22, 5
DI 20.06.	Eine geräucherte Mettwurst vom Schwein auf Sauerkraut mit hausgemachtem Kartoffelpüree * kJ 2247 kcal 535 E 24 KH 39 Fett 31 ZSA 10, 17, 22, 3, 5, 7	Bunte Gemüsesuppe mit Kartoffeleinlage und 3 Sojabällchen kJ 1673 kcal 397 E 31 KH 42 Fett 12 ZSA 11a, 13, 16, 19, 22, 5	Drei Reibekuchen mit feinem Apfelsmus kJ 2348 kcal 559 E 8 KH 80 Fett 23 ZSA 11a, 11c, 13, 2, 5	Putenbraten in feiner Geflügelsauce, dazu Kartoffeln und Gurkensalat natur kJ 1455 kcal 347 E 21 KH 33 Fett 11 ZSA 11a, 20, 22, 5	Rostbratwürstchen vom Schwein auf Brechbohnen mit hausgemachtem Kartoffelpüree * kJ 1877 kcal 447 E 13 KH 34 Fett 28 ZSA 10, 11a, 17, 22, 5	Rahmgeschnetzeltes vom Schweinefilet mit Speckbohnen (vom Schwein) und Kartoffeln * kJ 1571 kcal 374 E 19 KH 37 Fett 6 ZSA 11a, 17, 22, 3, 5, 7	Gefüllte Paprikaschote mit einer Schweinehackfleischfüllung in Tomatensauce, dazu Reis * kJ 1478 kcal 352 E 10 KH 48 Fett 13 ZSA 11a, 13, 19
MI 21.06.	Gebratene Hähnchenkeule auf Djuwetschreis, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing kJ 4313 kcal 10270 E 33 KH 40 Fett 40 ZSA 11a, 13, 17, 20, 4	Milchreis dazu Erdbeer-Rhabarber-Kompott kJ 1900 kcal 450 E 7 KH 80 Fett 9,5 ZSA 1, 17, 2	Paniertes Putenschnitzel mit Gewürzgurke, dazu Nudelsalat kJ 1735 kcal 395 E 12 KH 33,5 Fett 22 ZSA 11a, 13, 2, 20, 3, 4, 5, 9	Rinderfrikadelle auf Erbsen-Möhrengemüse in Rahm, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree kJ 2197 kcal 523 E 31 KH 51 Fett 21 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 5	Putensteak natur auf Blumenkohl, dazu Kartoffelpüree kJ 1557 kcal 371 E 22 KH 31 Fett 18 ZSA 11a, 17, 22, 5	Gefüllte Rinderroulade (Zwiebel, Speck, Gurke) in kräftiger Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln (enthält Schwein) * kJ 2218 kcal 528 E 43 KH 43 Fett 19 ZSA 11a, 17, 20, 22, 5, 9	Pizza-Eintopf "Bella Italia" mit einer Schweinehackfleischfüllung und Paprika, dazu ein Brötchen kJ 2245 kcal 535 E 27 KH 35 Fett 16 ZSA 1, 10, 11a, 11b, 17, 3, 4
DO 22.06.	Schweinelummerbraten "Prager Art" in herzhafter Sauce mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln * kJ 1966 kcal 468 E 27 KH 46 Fett 19 ZSA 11a, 17, 20, 22, 3, 5, 7	Hausgemachte veg. Frikadelle (Soja) auf Ratatouillegemüse, dazu gelber Reis kJ 1535 kcal 365 E 15 KH 38 Fett 13 ZSA 11a, 16, 17, 20	Rheinische Schinkenwurst vom Schwein mit Portionssenf, Kartoffelsalat und zwei halben Eiern * kJ 4452 kcal 1060 E 32 KH 30 Fett 91 ZSA 10, 13, 2, 20, 22, 3, 4, 5, 7, 9	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelsauce, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree und Apfelsmus kJ 2243 kcal 534 E 31 KH 79 Fett 11 ZSA 11a, 17, 2, 22, 5	Eine Frikadelle vom Schwein mit Bratensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln * kJ 1428 kcal 340 E 17 KH 37 Fett 13 ZSA 11a, 13, 17, 2, 20, 22, 5	Kalbsbraten im eigenen Saft, dazu Spargelgemüse und Salzkartoffeln kJ 1697 kcal 404 E 35 KH 44 Fett 8 ZSA 11a, 17, 22, 5	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in Rosinensauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln kJ 1785 kcal 425 E 33 KH 59 Fett 5 ZSA 11a, 2, 22, 5
FR 23.06.	Gutbürgerlicher Möhreeneintopf mit Kartoffeleinlage und Rostbratwurst vom Schwein * kJ 2772 kcal 660 E 21 KH 41 Fett 46 ZSA 10, 22, 3, 5, 7	Blumenkohl mit Sauce à la Hollandaise und hausgemachtem Kartoffelpüree kJ 2764 kcal 658 E 16 KH 34 Fett 51 ZSA 1, 13, 17, 2, 22, 4, 5, 8	Zwei gefüllte Apfelpfannkuchen mit feiner Vanillesauce kJ 2176 kcal 518 E 15 KH 64 Fett 22 ZSA 1, 10, 11a, 13, 16, 17	Fischfrikadelle mit feiner Senfsauce und Salzkartoffeln, dazu Bohnensalat in Rahm kJ 2591 kcal 617 E 24 KH 74 Fett 24 ZSA 11a, 13, 14, 17, 19, 2, 20, 22, 5	Kleines Schweineschnitzel auf Fingermöhren mit deftiger Sauce und Salzkartoffeln * kJ 1256 kcal 299 E 17 KH 40 Fett 7 ZSA 11a, 17, 20, 22, 5	Schweinerückensteak auf Fingermöhren mit Zwiebelrahmsauce und Salzkartoffeln * kJ 1735 kcal 413 E 3 KH 42 Fett 12 ZSA 11a, 17, 22, 5	Rindergulasch "Gärtnerinnen Art" mit Korkenziehernudeln kJ 2144 kcal 511 E 29 KH 55 Fett 19 ZSA 1, 10, 11a, 17, 19, 22, 3
SA 24.06.	Deftiger Linseneintopf mit Kartoffeleinlage, feinem Wurzelgemüse dazu eine Bockwurst vom Schwein * K kJ 1747 kcal 416 E 20 KH 25 Fett 26 ZSA 10, 17, 19, 22, 3, 5	Eieromelett auf Leipziger Allerlei, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree K kJ 1529 kcal 364 E 18 KH 41 Fett 13 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 4, 5	<p>Arbeiterwohlfahrt Mettmann</p> <ul style="list-style-type: none"> • Essen auf Rädern • Seniorentreff • Mittagstisch • Fußpflege <p>Tel: 02104 - 70753 Fax: 02104 - 789239</p> <p>An- und Abbestellung: Werktag zu Werktag bis 12:00 Uhr</p> <p>K=Kühlmenüs, Anlieferung gekühlt Freitag (gekühlt lagern) Verbrauch bis einschl. Sonntag! Zubereitung: siehe Etikett Die Kühlmenüs für das Wochenende müssen mittwochs bis 12:00 Uhr bestellt werden</p>				Herzhafter Rinderbraten in brauner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln K kJ 1722 kcal 410 E 34 KH 47 Fett 9 ZSA 11a, 17, 22, 5
SO 25.06.	Schweineschnitzel "Jäger Art" auf Bohnengemüse mit Champignonsauce und Salzkartoffeln * K kJ 1911 kcal 455 E 29 KH 54 Fett 13 ZSA 11a, 17, 22, 5	Frühlingsrolle mit Gemüsefüllung (Porree, Zwiebeln, Karotten) dazu Sojasauce und Langkornreis K kJ 1667 kcal 397 E 10 KH 69 Fett 9 ZSA 1, 11a, 13, 16, 17, 2, 20, 3, 5					

Unsere frischen Menüs sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Die Angaben über kcal/kJ und Nährwerte sind Durchschnittswerte, die sich auf verpackte Folienmenüs beziehen. Folgende Abkürzungen für die Nährwerte werden genutzt: E=Eiweiß, KH=Kohlenhydrate. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. 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. * = Diese Menüs enthalten Schweinefleisch. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene.

Mit folg. zugelassenen

Zusatzstoffen, Informationen und Allergenen:	1=Farbstoff	2=Säuerungsmittel	3=Konservierungsmittel	4=Verdickungsmittel	5=Antioxidationsmittel	6=aus Fleischteilen zusammengefügt	7=Nitritpökelsalz	8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett	9=Süßungsmittel	10= Phosphat
	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.