

C&C

	Menü 1 Bio, vegetarisch € 6,50	Menü 2 € 6,25	Menü 3 Schweinefleischfrei € 6,25	Menü 4 € 6,25	Mini Menü 1 Bio, vegetarisch € 6,00/Sa.+So. s. Spalte 1	Mini Menü 2 € 6,00/Sa.+So. s. Spalte 2	Menü 7 Kalt Menüs € 6,25	Menü 8 € 6,25	
MO 08.10.	Bio Eieromelette mit Rahmspinatsauce und Salzkartoffeln DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 297 kcal 71 ZIA 4, 5, 11, 11b, 11c, 11d, 13, 17	Rinderfrikadelle in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Hähnchenbrustgeschnetzeltes mit Blumenkohl natur und Reis 100g enthalten: kJ 198 kcal 47 ZIA 2, 11a	Brokkoli-Nudelauflauf mit Hähnchenbruststreifen und jungem Gouda überbacken, dazu Krautsalat 100g enthalten: kJ 364 kcal 87 ZIA 1, 10, 11a, 17, 20	Bio Eieromelette mit Rahmspinatsauce und Salzkartoffeln DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 297 kcal 71 ZIA 4, 5, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 13, 17	Rinderfrikadelle in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Paniertes Putenschnitzel mit Gewürzgurke, dazu Nudelsalat 100g enthalten: kJ 767 kcal 183 ZIA 2, 3, 4, 5, 9, 11a, 13, 20	Lammhacksteak in dunkler Sauce, dazu Bechamelkartoffeln und Krautsalat 100g enthalten: kJ 398 kcal 95 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	
DI 09.10.	Bio Spaghetti mit Tomatensauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 242 kcal 58 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Schweinegeschnetzeltes mit Bohnengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 124 kcal 30 ZIA 2, 11a, 17, 22	Rinderbraten in Bratensauce, dazu Kartoffel-Erbsen-Püree und Karottensalat 100g enthalten: kJ 277 kcal 66 ZIA 2, 3, 5, 11a, 17, 22	Blumenkohl-Kartoffel-Suppe mit Kartoffelwürfeln 100g enthalten: kJ 178 kcal 42 ZIA 5, 11a, 17, 19, 22	Bio Spaghetti mit Tomatensauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 242 kcal 58 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Schweinegeschnetzeltes mit Bohnengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 124 kcal 30 ZIA 2, 11a, 17, 22	Pikante Sülze "Hausfrauen Art" mit selbstgemachter Remouladensauce und Speckkartoffelsalat (enthält Schwein) 100g enthalten: kJ 595 kcal 142 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 19, 20, 22	Grüner Erbseneintopf mit Kartoffeln, Sellerie, Karotten und Porree, dazu Bockwurst vom Schwein 100g enthalten: kJ 356 kcal 85 ZIA 3, 5, 10, 17, 19, 22	
MI 10.10.	Bio Feine Kartoffel-Sellerie-Suppe aus frischen Kartoffeln DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 155 kcal 37 ZIA 4, 11, 11a, 11c, 11d, 17, 19	Rindercevapcici in dunkler Sauce, dazu Rosenkohl natur und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 193 kcal 46 ZIA 2, 11a, 13, 20	Hähnchenoberkeule (ohne Knochen) in dunkler Sauce, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 316 kcal 75 ZIA 2, 11a, 17	Vollkornpenne mit Ratatouillegemüse, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 200 kcal 48 ZIA 2, 11a, 17	Bio Feine Kartoffel-Sellerie-Suppe aus frischen Kartoffeln DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 155 kcal 37 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Rindercevapcici in dunkler Sauce, dazu Rosenkohl natur und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 193 kcal 46 ZIA 2, 11a, 13, 20	Griesspudding mit Zimt und Zucker, dazu Pflaumensauce 100g enthalten: kJ 385 kcal 92 ZIA 1, 2, 11a, 17	Kohlroulade "Hausfrauen Art" mit Schweinehackfleischfüllung in Specksauce, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 407 kcal 97 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17, 22	
DO 11.10.	Bio Kartoffel-Gemüseauflauf mit Erbsen und Möhren, überbacken mit jungem Gouda DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 264 kcal 63 ZIA 4, 11, 11a, 11c, 11d, 17	Vegetarische Gemüsefrikadelle (Karotten, Erbsen, Mais) auf Fingermöhren natur, dazu Schnittlauchsauce und Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 238 kcal 57 ZIA 1, 4, 10, 11a, 13, 17, 19	Rindergulasch mit Rotkohl, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 239 kcal 57 ZIA 2, 5, 11a, 22	Griechische Vollkornreispfanne mit Paprika, Oliven, Tomaten und Hirtenkäse, dazu Blattsalat mit Balsamicodressing 100g enthalten: kJ 316 kcal 75 ZIA 1, 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	Bio Kartoffel-Gemüseauflauf mit Erbsen und Möhren, überbacken mit jungem Gouda DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 264 kcal 63 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Vegetarische Gemüsefrikadelle (Karotten, Erbsen, Mais) auf Fingermöhren natur, dazu Schnittlauchsauce und Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 238 kcal 57 ZIA 1, 4, 10, 11a, 13, 17, 19	Gegrillte Hähnchenkeule auf Reissalat mit Curry, Früchten und Pfirsichgarnitur 100g enthalten: kJ 719 kcal 172 ZIA 2, 4, 13, 20	Kasseler Lummerbraten vom Schwein in Bratensauce, dazu Wirsinggemüse und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 289 kcal 69 ZIA 2, 3, 5, 10, 11a, 17, 20, 22	
FR 12.10.	Bio Reis mit Kräuter-Rahmsauce, dazu Erbsen-Möhrengemüse DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 222 kcal 53 ZIA 4, 11, 11a, 11c, 11d, 17, 19	Putensteak in roter Currysauce, dazu Vollkornspirelli und Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 271 kcal 65 ZIA 2, 11a, 17, 20	Gemüseschnitzel auf Langkornreis, dazu Erbsen und Kräuterquark-Dip 100g enthalten: kJ 284 kcal 68 ZIA 4, 11a, 11d, 17, 19	Fischstäbchen (Seelachsfilet) mit Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 303 kcal 72 ZIA 4, 5, 11, 11a, 14, 17, 22	Bio Reis mit Kräuter-Rahmsauce, dazu Erbsen-Möhrengemüse DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 222 kcal 53 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Putensteak in roter Currysauce, dazu Vollkornspirelli und Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 271 kcal 65 ZIA 2, 11a, 17, 20	Salatplatte "Italia" Salate der Saison mit Tomate, Gurke und Käsestreifen, dazu Balsamicodressing 100g enthalten: kJ 590 kcal 141 ZIA 1, 4, 5, 13, 17, 20, 22	Hausgemachter Hackbraten vom Schwein in Zwiebelsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 238 kcal 57 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	
SA 13.10.	Bio Pfannkuchen mit Spinat-Rahm-Sauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 442 kcal 105 ZIA 2, 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Rostbratwurst vom Schwein in dunkler Sauce, dazu Schwarzwurzelgemüse und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 390 kcal 93 ZIA 2, 5, 10, 11a, 17, 20, 22	Arbeiterwohlfahrt Mettmann Tel: 02104 - 70753 Fax: 02104 - 789239			• Essen auf Rädern • Seniorentreff • Mittagstisch • Fußpflege			Gutbürgerlicher Sauerkrauteintopf mit Geflügelbockwurst 100g enthalten: kJ 243 kcal 58 ZIA 2, 3, 5, 7, 17, 22
SO 14.10.	Bio Nudelauflauf mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 215 kcal 51 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Putenbraten in Bratensauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 246 kcal 59 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	Bestellungen: Ihre Wochenbestellungen benötigen wir bis Mittwoch der Vorwoche bis 12:30 Uhr. Nach- und Umbestellungen erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 12:30 Uhr. An Samstagen, Sonn- und Feiertagen sind Änderungen nicht möglich. Warmanlieferung 25 Cent Aufschlag			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			Sauerbratengulasch vom Rind mit Spirelli 100g enthalten: kJ 255 kcal 61 ZIA 2, 11a, 22

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 zusammengefügt; 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.