

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 25.09.	Currywurst Rostbratwurst vom Schwein in Currysauce, dazu Kartoffel-Röstzwiebelpüree und Gurkensalat in Rahm *	Pfannkuchen natur mit feiner Pilzrahmsauce	Hähnchenschnitzel mit mexikanischem Reissalat und Peperoni	Herbstl. Hähnchentopf (Schwarzwurzeln, Rosenkohl, Brechbohnen), Hähnchenbruststreifen, dazu Gabelspaghetti	Rostbratwürstchen auf Rotkohl mit hausgemachtem Kartoffelpüree	Zartes Hirschgulasch mit Waldpilzen, Rotkohl und drei Semmelknödel	Schweineroulade mit Hackfleischfüllung in Kräuter-Senfsauce, dazu Rosenkohl und Kartoffeln *	
	<small>KJ 3495 kcal 835 E 19 KH 44 Fett 64 ZSA 10, 11a, 13, 17, 2, 20, 22, 3, 5</small>	<small>KJ 3813 kcal 908 E 37 KH 134 Fett 24 ZSA 1, 10, 11a, 13, 17, 19, 2, 3, 5</small>	<small>KJ 3400 kcal 812 E 28,5 KH 70,5 Fett 45 ZSA 11a, 13, 2, 20, 4</small>	<small>KJ 2132 kcal 508 E 24 KH 49 Fett 9 ZSA 11a, 19</small>	<small>KJ 1445,5 kcal 345 E 8,8 KH 27 Fett 19,3 ZSA 10, 17, 2, 22, 5</small>	<small>KJ 2377 kcal 566 E 45 KH 62 Fett 15 ZSA 11a, 13, 17, 19, 2, 20, 22, 4, 5</small>	<small>KJ 2205 kcal 525 E 31 KH 43 Fett 25 ZSA 11a, 17, 20, 22, 5</small>	
DI 26.09.	Herzhafter Rinderbraten in brauner Sauce mit Erbsengemüse und hausgemachtem Kartoffelpüree	Herbstlicher Gemüseeintopf mit Gemüse der Saison, dazu vegetarische Klopse (Soja, Weizen)	Gegrillte Hähnchenkeule mit Bauernsalat (Kartoffelsalat mit feinen Gemüsestreifen), dazu ein halber Pfirsich	Hähnchenschnitzel "Mailänder Art" auf Spaghetti mit fruchtiger Tomatensauce und Krautsalat "Hawaii"	Frikadelle vom Schwein in Tomatensauce, dazu Zwiebelreis und Erbsengemüse *	Schweinerückensteak in deftiger Sauce mit Blattspinat und Frischkäse, dazu Zwiebelreis *	Frikadelle vom Schwein in herzhafter Sauce mit Rotkohl und Kartoffeln *	
	<small>KJ 1936 kcal 461 E 38 KH 48 Fett 12 ZSA 11a, 17, 22, 5</small>	<small>KJ 2116 kcal 504 E 36 KH 46 Fett 19 ZSA 11a, 13, 16, 19, 22, 5</small>	<small>KJ 3566 kcal 849 E 51 KH 40 Fett 54 ZSA 13, 17, 19, 2, 20, 22, 4, 5</small>	<small>KJ 3457 kcal 823 E 35 KH 92 Fett 35 ZSA 11a, 13, 17, 19, 2, 20</small>	<small>KJ 1212,3 kcal 284,9 E 16,5 KH 33,3 Fett 8,4 ZSA 11a, 13, 17, 19, 2</small>	<small>KJ 1814 kcal 432 E 28 KH 28 Fett 23 ZSA 1, 10, 11a, 17, 3, 5</small>	<small>KJ 2103 kcal 502 E 22 KH 49 Fett 24 ZSA 11a, 13, 17, 2, 20, 22, 5</small>	
MI 27.09.	Kasseler Braten in brauner Sauce auf Ananaskraut, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree *	Schwäbisches Linsengericht mit feinem Wurzelgemüse und Eierspätzle	Apfelstrudelschnitten mit feiner Vanillesauce	Hähnchengulasch mit Salzkartoffeln, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing	Eine Scheibe Kasseler vom Schwein auf Wirsingintopf *	Wildlachsfilet in feiner Zitronensauce, dazu Salzkartoffeln und Blattsalat mit Joghurt dressing	Gutbürgerlicher Wirsingintopf in herzafter Sauce mit Mettwurst vom Schwein *	
	<small>KJ 1806 kcal 430 E 24 KH 36 Fett 21 ZSA 10, 17, 22, 3, 5, 7</small>	<small>KJ 1432 kcal 341 E 12 KH 53 Fett 9 ZSA 11a, 13, 17, 19, 22, 5</small>	<small>KJ 2108 kcal 502 E 13 KH 42 Fett 32 ZSA 1, 11a, 17, 2, 4</small>	<small>KJ 1586,4 kcal 373 E 28,3 KH 42,5 Fett 8,8 ZSA 11a, 13, 17, 20, 22, 4, 5</small>	<small>KJ 1110,5 kcal 261,1 E 19,8 KH 29,7 Fett 6,2 ZSA 10, 17, 22, 3, 5</small>	<small>KJ 1565 kcal 373 E 29 KH 34 Fett 10 ZSA 11a, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 4, 5</small>	<small>KJ 1457 kcal 347 E 29 KH 34 Fett 10 ZSA 10, 17, 22, 3, 5, 7</small>	
DO 28.09.	Rindercevapcici in Paprikasauce, dazu Pariser Karotten und Gemüsepolenta	Milchreis mit Apfel-Birnen-Kompott	Paniertes Schweineschnitzel mit hausgemachtem Nudelsalat, dazu Portionssenf *	Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel, dazu feine Erbsen und Reis	Kleines Schweineschnitzel auf Pariser Karotten mit deftiger Sauce und Kartoffeln *	Gefüllte Rinderroulade (Zwiebel, Speck, Gurke) in kräftiger Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln (enthält Schwein) *	Schweinenackenbraten mit Backpflaumensauce, Bayerischer Kraut und Knödel *	
	<small>KJ 270,5 kcal 543 E 22,8 KH 34,3 Fett 33,1 ZSA 11a, 13, 17, 19, 2, 20</small>	<small>KJ 1260 kcal 301 E 6 KH 45 Fett 10 ZSA 1, 17, 2, 5</small>	<small>KJ 3944 kcal 939 E 35 KH 89 Fett 49 ZSA 11a, 13, 2, 20, 4, 5, 9</small>	<small>KJ 2617 kcal 623 E 39 KH 62 Fett 24 ZSA 11a, 17</small>	<small>KJ 2849,9 kcal 681,1 E 30,7 KH 47,4 Fett 39,8 ZSA 11a, 17, 20, 22, 5</small>	<small>KJ 2218 kcal 528 E 43 KH 43 Fett 19 ZSA 11a, 17, 20, 22, 5, 9</small>	<small>KJ 1804 kcal 431 E 24 KH 51 Fett 14 ZSA 11a, 17, 20, 22, 3, 4</small>	
FR 29.09.	Heringsstipp "Rheinische Art" mit Äpfeln, Zwiebeln und eingelegten Gurken, dazu Salzkartoffeln	Pilzragout "Förster Art" mit grünen Nudeln und Karottensalat natur	Roter Linsensalat dazu Kräuterquark und Hähnchenbruststreifen	Schnittbohneintopf mit Geflügelbockwürstchen	Lammhacksteak mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in Rosinensauce, dazu Rotkohl und Kartoffelknödel	Rinderfrikadelle mit herzhafter Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln	
	<small>KJ 3612 kcal 860 E 31 KH 55 Fett 57 ZSA 13, 14, 17, 20, 22, 4, 5, 9</small>	<small>KJ 2433 kcal 584 E 25 KH 76 Fett 19 ZSA 1, 10, 11a, 17, 2, 3</small>	<small>KJ 1918,7 kcal 447,5 E 49,2 KH 49,2 Fett 4,7 ZSA 17, 17, 2, 20</small>	<small>KJ 1604 kcal 382 E 23 KH 30 Fett 18 ZSA 17, 19, 2, 22, 3, 5, 7</small>	<small>KJ 1309,8 kcal 306,9 E 14 KH 37,5 Fett 10,5 ZSA 11a, 13, 17, 22, 5</small>	<small>KJ 2491 kcal 593 E 42 KH 84 Fett 9 ZSA 11a, 2, 22, 4, 5</small>	<small>KJ 2138 kcal 509 E 28 KH 58 Fett 18 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 5</small>	
SA 30.09.	Weißer Bohnensuppe mit Wurzelgemüse, dazu Geflügelbockwurst K	Eieromelett auf Leipziger Allerlei, dazu Salzkartoffeln K	<h2 style="margin: 0;">Arbeiterwohlfahrt Mettmann</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li style="margin-right: 10px;">• Essen auf Rädern <li style="margin-right: 10px;">• Seniorentreff <li style="margin-right: 10px;">• Mittagstisch <li style="margin-right: 10px;">• Fußpflege <p style="margin: 0;">Tel: 02104 - 70753</p> <p style="margin: 0;">Fax: 02104 - 789239</p> <p style="margin: 0;">An- und Abbestellung: Werktag zu Werktag bis 12:00 Uhr</p> <p style="margin: 0;">K=Kühlmenü, Anlieferung gekühlt Freitag (gekühlt lagern) Verbrauch bis einschl. Sonntag! Zubereitung: siehe Etikett</p> <p style="margin: 0;">Die Kühlmenüs für das Wochenende müssen mittwochs bis 12:00 Uhr bestellt werden</p>					Paniertes Schweinekotelett auf Möhrengemüse, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree * K
	<small>KJ 1464,1 kcal 349,5 E 23,9 KH 32,3 Fett 12,4 ZSA 17, 19, 2, 22, 3, 5, 7</small>	<small>KJ 1256 kcal 291 E 14 KH 44 Fett 5 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 4, 5</small>						<small>KJ 2100 kcal 500 E 34 KH 50 Fett 18 ZSA 11a, 17, 22, 5</small>
SO 01.10.	Schweinegeschnetzeltes mit Gemüseries * K	Gefüllte Paprikaschote mit feinem Weizenschrot und verschiedenen Gemüsen in Tomatenbasilikumsauce, dazu Reis K						Rindfleisch aus der Keule mit Meerrettichsauce, dazu Brechbohnen und Kartoffeln K
	<small>KJ 1582 kcal 377 E 17 KH 38 Fett 13 ZSA 11a, 19, 22</small>	<small>KJ 1170 kcal 279 E 7 KH 48 Fett 11 ZSA 11a, 13, 17, 19, 20</small>	<small>KJ 1574 kcal 374 E 23 KH 33 Fett 12 ZSA 11a, 17, 2, 22, 5, 9</small>					

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.