

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
<b>MO</b> <b>11.06.</b>	<b>Bio Nudelauflauf</b> mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 209 kcal 50 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat in Rahm <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 410 kcal 98 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	<b>Rinderbraten</b> in Bratensauce, dazu Fingermöhren und Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 207 kcal 49 ZIA 2, 11a, 17, 22	<b>Sojafrikadelle</b> auf Lauchgemüse, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 374 kcal 89 ZIA 2, 4, 5, 11a, 16, 17, 20, 22	<b>Bio Nudelauflauf</b> mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 209 kcal 50 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Salzkartoffeln und Bohnensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 410 kcal 98 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	<b>Geflügelfrikadelle</b> auf mexikanischem Reissalat (Kidneybohnen, Mais, Karotten), dazu Maiskölbchen DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 692 kcal 165 ZIA 2, 4, 11a, 13, 20	<b>Schweineroulade mit Hackfleischfüllung</b> in Kräuter-Sensauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 298 kcal 71 ZIA 2, 4, 5, 11a, 17, 20, 22
<b>DI</b> <b>12.06.</b>	<b>Bio Vollkornspirelli</b> mit Tomatengemüsesauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 256 kcal 61 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit fruchtiger Curryrahmsauce, dazu Karotten natur und Reis 100g enthalten: kJ 683 kcal 163 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Rindergeschnetzeltes</b> mit Rotkohl und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 260 kcal 62 ZIA 2, 5, 11a, 20, 22	<b>Hähnchenkeule</b> in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl natur und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 394 kcal 94 ZIA 2, 11a, 13	<b>Bio Vollkornspirelli</b> mit Tomatengemüsesauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 256 kcal 61 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit fruchtiger Curryrahmsauce, dazu Karotten natur und Reis 100g enthalten: kJ 683 kcal 163 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Pikanter Nudelsalat</b> Gabelspaghetti mit Kidneybohnen, Mais und Erbsen in pikanter Sauce, garniert mit Thunfisch und Ei 100g enthalten: kJ 672 kcal 160 ZIA 2, 4, 11a, 13, 14, 16, 20	<b>Eieromelette</b> auf Blattspinat, dazu Kartoffelpüree und Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 403 kcal 96 ZIA 2, 3, 4, 5, 13, 17, 20, 22
<b>MI</b> <b>13.06.</b>	<b>Bio Tomaten-Rahmsuppe</b> mit Reiseinlage DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 323 kcal 77 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	<b>Fischstäbchen</b> mit Spinat und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 287 kcal 69 ZIA 4, 5, 11, 11a, 14, 17, 22	<b>Hähnchenbrust</b> in Paprika-Joghurtsauce, dazu Erbsengemüse und Vollkornreis <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 230 kcal 55 ZIA 2, 11a, 17	<b>Geflügelbolognese</b> mit Spaghetti, dazu Blattsalat mit Hausdressing 100g enthalten: kJ 302 kcal 72 ZIA 2, 4, 11a, 13, 20, 22	<b>Bio Tomaten-Rahmsuppe</b> mit Reiseinlage DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 323 kcal 77 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	<b>Fischstäbchen</b> mit Spinat und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 287 kcal 69 ZIA 4, 5, 11, 11a, 14, 17, 22	<b>Schlemmersalatplatte</b> Salate der Saison, Tomaten, Champignonköpfe, Schinkenstreifen vom Schwein und Rohkost, dazu unser Hausdressing <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 448 kcal 107 ZIA 2, 3, 4, 5, 10, 13, 20	<b>Schweinelummerbraten "Prager Art"</b> in Bratensauce, dazu Wirsing und Salzkartoffeln <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 289 kcal 69 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17, 20, 22
<b>DO</b> <b>14.06.</b>	<b>Bio Kartoffeln</b> mit Kräuterquark, dazu Rahmspinat DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 321 kcal 77 ZIA 4, 5, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	<b>Putenbraten</b> in Bratensauce, dazu Brokkoli und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 228 kcal 54 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	<b>Spirelli-Thunfisch-Auflauf</b> mit Mais und jungem Gouda überbacken, dazu Blattsalat mit Joghurdressing <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 391 kcal 93 ZIA 2, 11a, 14, 16, 17, 19	<b>Bio Kartoffeln</b> mit Kräuterquark, dazu Rahmspinat DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 321 kcal 77 ZIA 4, 5, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	<b>Geflügelbockwurst</b> mit Kartoffelsalat (Mayonnaise, Gewürzgurken und Zwiebeln), dazu Ketchup 100g enthalten: kJ 451 kcal 108 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 13, 19, 20, 22	<b>Geräucherte Schweinemettwurst</b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 314 kcal 75 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22
<b>FR</b> <b>15.06.</b>	<b>Bio Reis</b> 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	<b>Hähnchengulasch</b> mit Blumenkohl in Rahm, dazu Eierspätzle 100g enthalten: kJ 255 kcal 61 ZIA 2, 11a, 13, 17	<b>Möhrenschnitzel (Soja, Weizen)</b> auf Kartoffel-Möhren-Untereinander, dazu Kräuter-rahmsauce und Blattsalat mit Joghurdressing <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 271 kcal 65 ZIA 1, 4, 5, 10, 11a, 13, 17, 19, 22	<b>Reibekuchen</b> mit feinem Apfelmus 100g enthalten: kJ 418 kcal 100 ZIA 2, 5, 11a, 13, 20, 22	<b>Bio Reis</b> 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	<b>Hähnchengulasch</b> mit Blumenkohl in Rahm, dazu Eierspätzle 100g enthalten: kJ 255 kcal 61 ZIA 2, 11a, 13, 17	<b>Apfelpfannkuchen</b> mit feiner Vanillesauce 100g enthalten: kJ 421 kcal 101 ZIA 1, 10, 11a, 13, 16, 17	<b>Heringstipp "Rheinische Art"</b> mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 602 kcal 144 ZIA 2, 4, 5, 9, 13, 14, 17, 20, 22
<b>SA</b> <b>16.06.</b>	<b>Bio Penne</b> mit Champignon-Rahm-Sauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 226 kcal 54 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Champignons und Spargel, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 284 kcal 68 ZIA 4, 11a, 17	<b>Arbeiterwohlfahrt Mettmann</b> <b>Tel: 02104 - 70753</b> <b>Fax: 02104 - 789239</b>  <b>Bestellungen:</b> 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  <b>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</b>			<b>Essen auf Rädern</b> <b>Seniorentreff</b> <b>Mittagstisch</b> <b>Fußpflege</b>	<b>Schnittbohnsuppe</b> mit Kartoffeln, Wurzelgemüse und Schweinebockwurst <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 196 kcal 47 ZIA 3, 5, 10, 19, 22	
<b>SO</b> <b>17.06.</b>	<b>Bio Gemüseeintopf</b> mit Sellerie, Karotte, Porree und Kartoffel DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 174 kcal 42 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	<b>Schweinehackbraten</b> in Bratensauce, dazu Rosenkohl in Rahm und Salzkartoffeln <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 252 kcal 60 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22				<b>Rindergulasch "Gärtnerinnen Art"</b> (Karotten, Bohnen, Mais) mit Korkenziehernudeln 100g enthalten: kJ 287 kcal 69 ZIA 2, 4, 10, 11a, 17, 19, 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. Die Angebote/Komponenten mit dem Fit im Alter-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Zu unserer von DGE e.V. zertifizierten Menülinie empfehlen wir Ihnen pro Woche jeweils 3 Portionen Stückobst auszuwählen.