

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 06.08.	Bio Penne mit fruchtiger Tomatensauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 216 kcal 51 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Schwäbisches Linsengericht mit feinem Wurzelgemüse und Eierspätzle, dazu Kappessalat <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 369 kcal 88 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 19, 20, 22	Rindfleisch aus der Keule in dunkler Sauce, dazu Brechbohnen und Bouillonkartoffeln 100g enthalten: kJ 182 kcal 44 ZIA 2, 5, 11a, 17, 19, 22	Schweinelummerbraten in Bratensauce, dazu Rotkohl und Mini-Kartoffelknödel 100g enthalten: kJ 310 kcal 74 ZIA 2, 4, 5, 11a, 17, 20, 22	Bio Penne mit fruchtiger Tomatensauce DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 216 kcal 51 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Schwäbisches Linsengericht mit feinem Wurzelgemüse und Eierspätzle, dazu Kappessalat 100g enthalten: kJ 369 kcal 88 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 19, 20, 22	Heringssalat "Mediterran" mit Paprika, Gurke und Oliven, dazu Kartoffelsalat natur mit Schnittlauch 100g enthalten: kJ 668 kcal 160 ZIA 2, 4, 5, 9, 13, 14, 17, 20, 22	Gefüllte Paprikaschote mit Schweinehackfleischfüllung in Tomatensauce, dazu Reis 100g enthalten: kJ 228 kcal 55 ZIA 2, 11a, 13, 19
DI 07.08.	Bio Feine Kartoffel-Sellerie-Suppe aus frischen Kartoffeln DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 155 kcal 37 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Putensteak in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 299 kcal 71 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	Rührei mit Rahmpinac und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 409 kcal 98 ZIA 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 22	"Königsberger Klopse" vom Schwein in Kapernsauce, dazu Rote Bete Gemüse und Reis 100g enthalten: kJ 223 kcal 53 ZIA 2, 4, 9, 11a, 13, 17, 19	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	Putensteak in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 299 kcal 71 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	Rheinische Schinkenwurst vom Schwein mit Portionssenf, dazu Kartoffelsalat (Mayonnaise, Gewürzgerken und Zwiebeln) und Ei 100g enthalten: kJ 664 kcal 159 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 20, 22	Hähnchenbruststreifen in dunkler Sauce, dazu Brechbohngemüse und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 263 kcal 63 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22
MI 08.08.	Bio Reis mit Brokkoli natur in Tomaten-gemüsesauce (Erbse, Möhre, Sellerie), dazu Kräuter-Quark-Dip DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 202 kcal 48 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Rostbratwurst vom Schwein in Champignonsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 10, 11a, 17, 22	Lammhacksteak in Tomatensauce, dazu Ratatouillegemüse und Reis 100g enthalten: kJ 246 kcal 59 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19	Brokkoli-Nudelauflauf mit Hähnchenbruststreifen und jungem Gouda überbacken, dazu Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 440 kcal 105 ZIA 1, 2, 3, 10, 11a, 13, 17, 20	Bio Reis mit Brokkoli natur in Tomaten-gemüsesauce (Erbse, Möhre, Sellerie), dazu Kräuter-Quark-Dip DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 202 kcal 48 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Rostbratwurst vom Schwein in Champignonsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 10, 11a, 17, 22	Salatplatte "Tönisberg" Salate der Saison mit Tomate, Gurke und Ei, dazu Honig-Senf-Dressing 100g enthalten: kJ 443 kcal 106 ZIA 2, 4, 13, 20	Schweinefrikadelle "Jäger Art" in Champignonsauce, dazu Kartoffelpüree und Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 480 kcal 115 ZIA 2, 3, 5, 11a, 13, 17, 20, 22
DO 09.08.	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	Hähnchenbrust in Curry-Fruchtsauce mit Vollkornreis, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 225 kcal 54 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	Backfisch (Seelachsfilet) mit Porreegemüse und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 358 kcal 86 ZIA 4, 5, 10, 11a, 14, 16, 17, 20, 22	Lachs-Spinat-Kartoffelauflauf mit jungem Gouda überbacken, dazu Blattsalat mit Joghurdressing <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 359 kcal 86 ZIA 1, 4, 5, 10, 11a, 17, 22	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	Hähnchenbrust in Curry-Fruchtsauce mit Vollkornreis, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 225 kcal 54 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	Pfannkuchen mit Möhrengemüsefüllung, dazu Kirschsauce 100g enthalten: kJ 466 kcal 111 ZIA 2, 4, 10, 11a, 13, 17	Paniertes Schweinekotelett mit Möhrengemüse mit dunkler Sauce, dazu Kartoffeln 100g enthalten: kJ 379 kcal 90 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22
FR 10.08.	Bio Reis mit Champignon-Rahm-Sauce und Erbsen-Möhrengemüse DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 208 kcal 50 ZIA 4, 11, 11a, 11c, 11d, 17, 19	Fischfrikadelle mit Champignons und Vollkornspirelli, dazu Gurkensalat <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 357 kcal 85 ZIA 1, 4, 10, 11a, 14, 17, 19, 20	Putenbraten mit Champignons und Vollkornreis 100g enthalten: kJ 198 kcal 47 ZIA 2, 11a, 17, 22	Sauerbratengulasch vom Rind mit Spirelli und feinem Apfelsmus 100g enthalten: kJ 269 kcal 64 ZIA 2, 5, 11a, 22	Bio Reis mit Champignon-Rahm-Sauce und Erbsen-Möhrengemüse DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 208 kcal 50 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Fischfrikadelle mit Champignons und Vollkornspirelli, dazu Gurkensalat 100g enthalten: kJ 357 kcal 85 ZIA 1, 4, 10, 11a, 14, 17, 19, 20	Gegrillte Hähnchenkeule auf Reissalat mit Bärlauch, Früchte- und Ananasgarnitur 100g enthalten: kJ 744 kcal 178 ZIA 2, 4, 13, 20	Kohlroulade "Hausfrauen Art" mit Schweinehackfleischfüllung in Specksauce, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 419 kcal 100 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17, 22
SA 11.08.	Bio Omelette mit Erbsen in Rahm und Salzkartoffeln DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 348 kcal 83 ZIA 4, 5, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 13, 17	Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel, dazu Möhrengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 262 kcal 62 ZIA 4, 11a, 17	<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>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</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>					Weißer Bohneneintopf mit Wurzelgemüse und einer Bockwurst vom Schwein 100g enthalten: kJ 328 kcal 78 ZIA 3, 5, 10, 17, 19, 22
SO 12.08.	Bio Nudelauflauf mit Möhren und Erbsen, überbacken mit jungem Gouda DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft <small>Gesund essen, besser leben.</small> 100g enthalten: kJ 274 kcal 66 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Rinderfrikadelle in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 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.