

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 17.07.	Makkaroni mit Rinderhackfleischsauce, dazu Gurkensalat in Rahm kJ 3230 kcal 769 E 33 KH 76 Fett 37 ZSA 11a, 13, 17, 2, 20, 3	Blumenkohlcremesuppe mit vegetarischen Hackbällchen, dazu ein Vollkornbrötchen kJ 455 kcal 170 E 9,5 KH 12,5 Fett 7 ZSA 11a, 16, 17, 19	Schweinefrikadelle mit Portionssenf, eingelegter Gurke und Speckkartoffelsalat * kJ 2915 kcal 694 E 25 KH 38 Fett 48 ZSA 11a, 13, 2, 20, 22, 3, 5, 7, 9	Blumenkohlcremesuppe mit Hähnchenbruststreifen, dazu ein Vollkornbrötchen kJ 790 kcal 185 E 18 KH 10,5 Fett 6,5 ZSA 11a, 17, 19	Geflügelbratwurst in Paprikasauce, Broccoli und Reis kJ 1450 kcal 345 E 12 KH 32 Fett 18 ZSA 11a, 17, 2, 22, 5, 9	Schweinefiletspitzen "Stroganoff Art" dazu Broccoli und Butterreis * kJ 2627 kcal 627 E 52 KH 76 Fett 12 ZSA 11a, 17, 9	Gegrilltes Putensteak in Geflügelsauce, dazu Wachsbrothbohnen und Salzkartoffeln kJ 1810 kcal 431 E 35 KH 52 Fett 8 ZSA 11a, 17, 22, 5
DI 18.07.	Schweineschnitzel auf Balkangemüse, dazu Pilzsauce und Kartoffelpüree * kJ 1805 kcal 430 E 18 KH 44 Fett 15 ZSA 11a, 17, 19, 22, 5	Möhrenschnitzel auf Erbsen, dazu Tomatensauce und Salzkartoffeln kJ 1428 kcal 340 E 13 KH 63 Fett 3 ZSA 11a, 13, 17, 19, 22, 5	Grießflammeri mit Kirschsauce kJ 2055 kcal 407 E 8 KH 85 Fett 13 ZSA 1, 11a, 17, 2	Sauerbratengulasch vom Rind mit Spirellinudeln und feinem Apfelmus kJ 3171 kcal 755 E 48 KH 100 Fett 17 ZSA 11a, 2, 22, 5	Putensteak auf Möhregemüse, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree kJ 1277 kcal 301 E 15,7 KH 27,3 Fett 13,3 ZSA 11a, 17, 22, 5	Forelle "Blau" dazu Salzkartoffeln mit Zitronenbutter und Tomatensalat kJ 2113 kcal 503 E 42 KH 24 Fett 25 ZSA 14, 17, 2, 22, 5	Feines Hühnerfrikassee mit Champignons, Spargel, Möhregemüse und Reis kJ 2243 kcal 534 E 32 KH 49 Fett 23 ZSA 11a, 17
MI 19.07.	Berliner Currywurst "ohne Pelle" vom Schwein in Currysauce mit Kartoffel-Röstzwiebel-Püree und Gurkensalat natur * kJ 2864 kcal 682 E 23 KH 45 Fett 46 ZSA 10, 11a, 17, 19, 20, 22, 5	Kartoffel-Spinat Bratling auf Djuwetschreis, dazu Tzaziki kJ 2835 kcal 675 E 16 KH 65 Fett 32 ZSA 11a, 13, 16, 17, 18, 19, 2, 20, 22, 4, 5	Heringsalat "Mediterran" mit Paprika, Gurke und Oliven, dazu Kartoffelsalat natur mit Schnittlauch kJ 3940 kcal 938 E 31 KH 34 Fett 75 ZSA 13, 14, 17, 20, 22, 4, 5, 9	Champignonköpfe mit Spirellinudeln, dazu Spaghetti und Gurkensalat natur kJ 2369 kcal 564 E 24 KH 70 Fett 20 ZSA 1, 10, 11a, 17, 19, 2, 20, 3, 5	2 Rindercevpapci in heller Sauce, dazu Fingermöhren kJ 1725,5 kcal 621 E 16,1 KH 43,7 Fett 17,2 ZSA 11a, 13, 2, 20	Kalbsbraten in brauner Sauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln kJ 1560 kcal 365 E 15 KH 46 Fett 12 ZSA 11a, 22, 5	Westfälische Kartoffelsuppe dazu eine Bockwurst vom Schwein * kJ 1883 kcal 450 E 23 KH 45 Fett 20 ZSA 10, 17, 19, 22, 3, 5
DO 20.07.	Rinderfrikadelle in Paprika - Tomatensauce, mit Sommergemüse und Salzkartoffeln kJ 1825 kcal 435 E 13 KH 38 Fett 13 ZSA 11a, 13, 17, 19, 2, 22, 5	Schokoladenmilchreis mit warmen Apfelkompott kJ 2098 kcal 500 E 8 KH 76 Fett 13 ZSA 1, 11a, 17, 2, 19, 2, 22, 5	Paniertes Schweineschnitzel dazu westfälischer Kartoffelsalat * kJ 2566 kcal 611 E 25 KH 42 Fett 38 ZSA 11a, 13, 17, 20, 22, 4, 5, 9	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch, Paprika, Tomate, Kidneybohnen und einem Brötchen kJ 2415 kcal 575 E 82 KH 87 Fett 9 ZSA 11a, 11b, 17, 19, 2, 22, 5	Ein Fleischklops vom Schwein in Pfeffer-Rahmsauce, dazu Sommergemüse und Salzkartoffeln * kJ 2016 kcal 480 E 15 KH 42 Fett 18 ZSA 11a, 13, 17, 19, 2, 22, 5	Schweinerückensteak in Pfefferrahmsauce mit Eierspätzle, dazu Gurken-Möhrensalat * kJ 2916 kcal 694 E 29 KH 38 Fett 32 ZSA 11a, 13, 17, 2, 20	Rostbratwurst vom Schwein in deftiger Sauce mit Spinat und hausgemachtem Kartoffelpüree * kJ 2337 kcal 557 E 16 KH 29 Fett 31 ZSA 10, 11a, 17, 22, 5
FR 21.07.	Hähnchenbrust in Currymarinade auf Möhregemüse, dazu feine Sauce und Salzkartoffeln kJ 2033 kcal 484 E 15 KH 40 Fett 15 ZSA 1, 11a, 16, 17, 2, 20, 22, 5	Vegetarische Bolognese (auf Sojabasis) mit Spaghetti und Karottensalat natur kJ 2625 kcal 625 E 28 KH 85 Fett 19 ZSA 11a, 16, 2, 3	Zwei kleine Pfannkuchen mit feiner Quarkfüllung und Sauerkirschen in Sauce kJ 2306 kcal 549 E 17 KH 95 Fett 10 ZSA 10, 11a, 13, 17, 2, 4	Backfisch mit Salzkartoffeln, Kräutersauce und Karottensalat natur kJ 2436 kcal 580 E 37 KH 75 Fett 14 ZSA 1, 10, 11a, 14, 17, 2, 20, 22, 3, 5	Geflügelbratwurst in Geflügelsauce, mit Erbsen und hausgemachtem Kartoffelpüree kJ 1279 kcal 305 E 10 KH 33 Fett 14 ZSA 11a, 17, 22, 5	Cordon Bleu vom Schwein gefüllt mit Schinken und Käse auf Reis, dazu feine Rahmsauce und Erbsen * kJ 2642 kcal 629 E 43 KH 75 Fett 17 ZSA 11a, 13, 17, 3, 6	Gyrossuppe dazu Schweinefleisch, Champignons, Tomaten und Paprika * kJ 1835 kcal 437 E 48 KH 9 Fett 23 ZSA 1, 10, 11a, 16, 17, 2, 3
SA 22.07.	Linseneintopf mit Kartoffeleinlage, Möhren, Sellerie, Lauch und einer geräucher-ten Mettwurst * K kJ 1982 kcal 472 E 35 KH 53 Fett 12 ZSA 10, 17, 19, 22, 3, 5	Bunte Spirellinudeln mit Käse-Gemüsesauce (Karotten, Sellerie) K kJ 1680 kcal 400 E 16 KH 70 Fett 18 ZSA 1, 10, 11a, 17, 19, 3	<p align="center">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>				Paniertes Hähnchenbrustschnitzel auf Erbsengemüse, dazu Geflügelsauce und Salzkartoffeln K kJ 2205 kcal 525 E 37 KH 76 Fett 7 ZSA 11a, 17, 22, 5
SO 23.07.	Rindersauerbraten in Rosinensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln K kJ 1785 kcal 425 E 33 KH 59 Fett 5 ZSA 11a, 2, 22, 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					

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.