

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 24.07.	Paniertes Putenschnitzel mit Geflügelsauce und hausgemachtem Kartoffelpüree, dazu Apfelmus kj 1943 kcal 463 E 20 KH 61 Fett 15 ZSA 11a, 17, 2, 22, 5	Kartoffeltaschen mit Käse-Kräuterfüllung auf Sommergemüse, dazu Kräutersauce kj 1682 kcal 401 E 8,4 KH 38 Fett 19 ZSA 1, 10, 11a, 17, 19, 3, 5	Sechs Hähnchennuggets dazu Reissalat mit Curry, Früchten und Ananaspommes kj 3723 kcal 887 E 22 KH 99 Fett 43 ZSA 1, 10, 11a, 13, 2, 20, 4, 6	Rinderbraten in herzhafter Sauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln kj 1718 kcal 409 E 35 KH 51 Fett 7 ZSA 11a, 17, 22, 5	Schweinerippchen auf Sauerkraut, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree * kj 1260 kcal 300 E 22 KH 23 Fett 13 ZSA 17, 22, 3, 5, 7	Gefüllte Hähnchenbrustrolade mit Sauce à la Hollandaise, dazu Kaisergemüse und Zwiebelreis kj 3263 kcal 777 E 28 KH 37 Fett 48 ZSA 1, 13, 17, 2, 4, 8	Straßburger Platte mit kleiner Scheibe Kasseler, kleiner Bockwurst und Mettwurst vom Schwein auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree * kj 2200 kcal 524 E 32 KH 31 Fett 30 ZSA 10, 17, 22, 3, 5, 7
DI 25.07.	Rostbratwurst vom Schwein in brauner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Kartoffeln * kj 2322 kcal 555 E 23 KH 44 Fett 32 ZSA 10, 11a, 17, 20, 22, 5	Chili sin Carne mildes vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten und Kidneybohnen, dazu Reis und Karottensalat natur kj 2495 kcal 594 E 27 KH 96 Fett 11 ZSA 11a, 16, 2, 3	Gegrillte Hähnchenkeule mit Bauernsalat (Kartoffelsalat mit feinen Gemüsestreifen), dazu ein halber Pfirsich kj 3566 kcal 849 E 51 KH 40 Fett 54 ZSA 13, 17, 19, 2, 20, 22, 4, 5	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelrahmsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln kj 2335 kcal 556 E 35 KH 86 Fett 7 ZSA 11a, 17, 22, 5	Hähnchenbruststreifen in Gemüsesauce mit Vollkornnudeln kj 1426 kcal 488 E 52 KH 38 Fett 14 ZSA 11a, 19	Paniertes Schollenfilet dazu Blattspinat und Speckkartoffeln (enthält Schwein) * kj 2251 kcal 536 E 36 KH 38 Fett 26 ZSA 11a, 14, 17, 22, 3, 5, 7	Grüner Erbseneintopf mit feinem Wurzelgemüse, einer geräucherten Bockwurst vom Schwein und einem Brötchen * kj 3024 kcal 720 E 36 KH 62 Fett 36 ZSA 10, 11a, 11b, 17, 19, 22, 3, 4, 5
MI 26.07.	Schweinefrikadelle "Jäger Art" in Jägersauce, dazu Erbsen und Kartoffelpüree * kj 1743 kcal 415 E 23 KH 46 Fett 14 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 5	Oberammergauer Dampfnudel mit Kirschküllung, dazu feine Vanillesauce kj 2902 kcal 691 E 22 KH 121 Fett 13 ZSA 1, 11a, 13, 17, 2, 4	Pikante Sülze "Hausfrauen Art" mit selbstgemachter Remouladensauce und Speckkartoffelsalat (enthält Schwein) * kj 4788 kcal 1140 E 20 KH 35 Fett 104 ZSA 10, 13, 19, 20, 22, 3, 4, 5, 7, 9	Geflügelbolognese mit Spaghetti und Gurkensalat in Rahm kj 3339 kcal 795 E 47 KH 82 Fett 31 ZSA 11a, 13, 17, 2, 20, 22, 3	Rührei mit Blattspinat und hausgemachtem Kartoffelpüree kj 1772 kcal 422 E 25 KH 22 Fett 26 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 5	Feines Kalbsfrikassee mit Spargel dazu Broccoli und Eierspätzle kj 1751 kcal 417 E 38 KH 34 Fett 14 ZSA 1, 10, 11a, 13, 17, 22, 3	Kasseler Lummerbraten (vom Schwein) in Bratensauce, dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree * kj 1329 kcal 317 E 25 KH 32 Fett 10 ZSA 10, 11a, 17, 20, 22, 3, 5, 7
DO 27.07.	Putengeschnetzeltes mit Korkenziehernudeln, dazu Blattsalat mit Balsamicodressing kj 2268 kcal 540 E 20 KH 53 Fett 27 ZSA 1, 11a, 13, 20, 22, 4, 5	Korkenziehernudeln "Napoli" mit mediterraner Tomatensauce, dazu Blattsalat mit Balsamicodressing kj 2150 kcal 508 E 15,5 KH 80,1 Fett 14,8 ZSA 1, 11a, 13, 17, 19, 20, 22, 4, 5	Paniertes Schweinekotelett mit Senf, dazu Nudelsalat * kj 2819 kcal 675 E 33 KH 50 Fett 38 ZSA 11a, 13, 2, 20, 4, 5, 9	Chili con Carne Eintopf mit Rinderhackfleisch, Paprika, Kidneybohnen und einem Brötchen kj 332 kcal 79 E 6 KH 8,4 Fett 2,3 ZSA 11a, 11b	Kleine Bratwurst vom Schwein auf Lauchgemüse, dazu Salzkartoffeln * kj 2000 kcal 600 E 13,2 KH 4,1 Fett 30,8 ZSA 10, 11a, 17, 22, 5	Wildlachsfilet in feiner Zitronensauce mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln kj 2411 kcal 574 E 51 KH 42 Fett 20 ZSA 11a, 14, 17, 19, 22, 5	Schweinebraten "Prager Art" in brauner Sauce, dazu Lauchgemüse und hausgemachtes Kartoffelpüree * kj 1903 kcal 453 E 26 KH 47 Fett 17 ZSA 11a, 17, 20, 22, 3, 5, 7
FR 28.07.	Heringstipp "Rheinische Art" mit Äpfeln, Zwiebeln und eingelegten Gurken, dazu Salzkartoffeln kj 3612 kcal 860 E 31 KH 55 Fett 57 ZSA 13, 14, 17, 17, 18, 19, 20, 22, 4, 5, 9	Kichererbsentaler auf Erbsen- Möhrengemüse in Rahm, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree kj 2071 kcal 493 E 13 KH 46 Fett 23 ZSA 11a, 13, 16, 17, 18, 19, 2, 20, 22, 5	Milchreis mit Früchten und Apfelkompott kj 2474 kcal 589 E 11 KH 112 Fett 10 ZSA 1, 11a, 17, 2, 5	Gegrillte Hähnchenkeule in Geflügelsauce, dazu Sommergemüse und Salzkartoffeln kj 2013 kcal 479 E 23 KH 29 Fett 24 ZSA 11a, 17, 19, 22, 5	Fleischkäse aus Schweinefleisch mit Röstzwiebeln, Apfelrotkohl und hausgemachtem Kartoffelpüree * kj 2194 kcal 522 E 25 KH 30 Fett 33 ZSA 10, 17, 2, 20, 22, 3, 5	Rheinischer Sauerbraten vom Spargel in Rosinensauce, dazu Rotkohl und Kartoffelknödel kj 2491 kcal 593 E 42 KH 84 Fett 9 ZSA 11a, 2, 22, 4, 5	Gemüseintopf "Pichelsteiner Art" mit Kartoffelwürfeln, Gemüseeinlage und Hähnchenbruststreifen kj 1212 kcal 360 E 28 KH 31 Fett 13 ZSA 17, 19, 22, 5

SA 29.07.	Gutbürgerlicher Möhreeneintopf mit Kartoffeleinlage und Rostbratwurst vom Schwein * K kj 2772 kcal 660 E 21 KH 41 Fett 46 ZSA 10, 22, 3, 5, 7	Vegetarische Kohlrolade in Tomatensauce, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree K kj 1957 kcal 466 E 24 KH 56 Fett 16 ZSA 11a, 11d, 13, 16, 17, 19, 22, 5
----------------------	--	---

SO 30.07.	Schweinenackenbraten in herzhafter Sauce, dazu Rotkohl und Kartoffelknödel * K kj 2365 kcal 563 E 34 KH 70 Fett 16 ZSA 11a, 17, 2, 20, 22, 4, 5	Gemüsefrikadelle mit Schnittlauchsauce, Broccoli natur und Salzkartoffeln K kj 1890 kcal 450 E 17 KH 62 Fett 14 ZSA 1, 10, 11a, 17, 22, 3, 4, 5
----------------------	--	--

Arbeiterwohlfahrt Mettmann

- Essen auf Rädern
- Seniorentreff
- Mittagstisch
- Fußpflege

Tel: 02104 - 70753
Fax: 02104 - 789239

An- und Abbestellung: Werktag zu Werktag bis 12:00 Uhr

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

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		

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:

Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.

