

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 04.09.	Schweineschnitzel "Jäger Art" mit Champignonsauce auf Erbsen- und Möhrengemüse, dazu Reis *	Eieromelett mit Rahmspinat und Salzkartoffeln	Gegrillte Hähnchenkeule auf Reissalat mit Bärlauch, Früchte- und Ananassgarnitur	Rinderbraten in herzhafter Sauce, dazu Fingermöhren und Gabelspaghetti	Fischstäbchen mit Spinat und Kartoffelpüree	Forelle "Blau" dazu Salzkartoffeln mit Zitronenbut- ter und Tomatensalat	Gutbürgerlicher Wirsingintopf mit einer geräucherter Mettwurst vom Schwein *
	KJ 1701 kcal 405 E 29 KH 27 Fett 17 ZSA 3,5	KJ 1223 kcal 291 E 14 KH 28 Fett 9 ZSA 2, 4, 5	KJ 3545 kcal 844 E 30 KH 58 Fett 54 ZSA 13, 2, 20, 4	KJ 1100 kcal 262 E 20 KH 32 Fett 5 ZSA 11A, 22, 5	KJ 462 kcal 110 E 5 KH 10,2 Fett 5,2 ZSA 4, 5	KJ 2113 kcal 503 E 42 KH 24 Fett 25 ZSA 14, 17, 2, 22, 5	KJ 1457 kcal 347 E 29 KH 34 Fett 10 ZSA 3, 5
DI 05.09.	Haxenfleisch vom Schwein auf dicken Bohnen mit Röstzwiebel-Kartoffel-Püree *	Chili sin Carne mildes vegetarisches Chili mit Paprika, Tomaten und Kidneyboh- nen, dazu Reis und Karottensalat natur	Pikanter Nudelsalat mit Mayonnaise-Sauce, garniert mit Thunfisch und Ei	Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügelrahmsauce, dazu Mischgemüse und Kartoffeln	Hähnchenbruststreifen in Gemüsesauce mit Vollkornnudeln	Feines Kalbsfrikassee mit Spargel dazu Broccoli und Eierspätzle	Schweineroulade mit Hackfleischfüllung in Kräuter-Senf-Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln *
	KJ 1701 kcal 405 E 29 KH 27 Fett 17 ZSA 3, 5	KJ 2495 kcal 594 E 27 KH 96 Fett 11 ZSA 11a, 16, 2, 3	KJ 4326 kcal 1030 E 44 KH 73 Fett 63 ZSA 11a, 13, 14, 16, 2, 20, 4, 5, 9	KJ 2335 kcal 556 E 35 KH 86 Fett 7 ZSA 11a, 17, 22, 5	KJ 1426 kcal 488 E 52 KH 38 Fett 14 ZSA 11a, 19	KJ 1751 kcal 417 E 38 KH 34 Fett 14 ZSA 1, 10, 11a, 13, 17, 22, 3	KJ 2285 kcal 544 E 37 KH 34 Fett 28 ZSA 11a, 17, 2, 20, 22, 5
MI 06.09.	Straßburger Platte mit kleiner Scheibe Kasseler, kleiner Bockwurst und Mettwurst vom Schwein auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree *	Gemüseschnitzel "Milano" mit kleiner Scheibe Kasseler, kleiner Bockwurst und Mettwurst vom Schwein auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree *	Geflügelrikadelle mit Kartoffelsalat und Ketchup	Hähnchenbruststreifen in Bärlauch-Rahm-Sauce, dazu Spaghetti und Blattsalat mit Joghurt dressing	Rührei mit Blattspinat und hausgemachtem Kartoffelpüree	Seehechtfilet auf Blattspinat, dazu Kräuter-Senf- Sauce und Salzkartoffeln	Putenbraten in feiner Geflügelsauce mit Pariser Karotten und Reis
	KJ 2200 kcal 524 E 32 KH 31 Fett 20 ZSA 10, 17, 22, 3, 5, 7	KJ 2311 kcal 550 E 12 KH 80 Fett 25 ZSA 4	KJ 3570 kcal 850 E 21 KH 61 Fett 42 ZSA 4, 5, 9	KJ 2331 kcal 555 E 27 KH 65 Fett 20 ZSA 4	KJ 1772 kcal 422 E 25 KH 22 Fett 26 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 5	KJ 2167 kcal 516 E 42 KH 39 Fett 21 ZSA 11a, 14, 17, 20, 22, 5	KJ 1058 kcal 252 E 18 KH 31 Fett 10 ZSA 11a, 17
DO 07.09.	Weißwurst vom Schwein auf Schmorkohl dazu süße Senfsauce und Salzkartoffeln *	Schwäbisches Linsengericht mit feinem Wurzelgemüse und Eierspätzle, dazu Kappessalat	Nudelsalat (Öl & Essig) mit Paprika, Mais, Gurke, dazu Hähnchenbrust natur	Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffeln	Gepökeltes Haxenfleisch auf Schmorkohl mit hausgemachtem Kartoffelpüree *	Schweinefilet "Zingara" in Paprikasauce dazu Broccoli und Reis *	Geflügelbratwurst in brauner Sauce, dazu Kohlrabige- müse und Salzkartoffeln
	KJ 1247 kcal 297 E 17 KH 35 Fett 9 ZSA 5	KJ 1772 kcal 422 E 25 KH 22 Fett 26 ZSA 13,2,20,4	KJ 2197 kcal 523 E 37 KH 55 Fett 16 ZSA 11a, 2, 9	KJ 1247 kcal 297 E 17 KH 35 Fett 9 ZSA 5	KJ 1470 kcal 350 E 27 KH 23 Fett 15 ZSA 3, 5	KJ 1233 kcal 294 E 23 KH 37 Fett 4 ZSA 2, 5, 9	KJ 1814 kcal 432 E 35 KH 51 Fett 13 ZSA 5
FR 08.09.	Gebratene Hähnchenkeule auf Curry-Frucht-Reis, dazu Krautsalat "Coleslaw"	Vegetarische Kohlroulade (mit Sojafüllung) in Tomatensauce, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree	Zwei gefüllte Apfelpfannkuchen mit feiner Vanillesauce	Heringsstipp "Rheinische Art" mit Äpfeln, Zwiebeln und eingeleg- ten Gurken, dazu Salzkartoffeln	Drei Hähnchennuggets auf Gemüseris (Mais, Erbsen, Paprika, Bohnen) dazu Tomatensau- ce	Rheinischer Sauerbraten vom Rind in Rosinensauce, dazu Rotkohl und Kartoffelknödel	Eieromelett auf Röstzwiebel-Kartoffelpüree mit Champignon-Speck-Sauce *
	KJ 2911 kcal 693 E 30 KH 12 Fett 58 ZSA 2	KJ 1957 kcal 466 E 24 KH 56 Fett 16 ZSA 11a, 11d, 13, 16, 17, 19, 22, 5	KJ 2176 kcal 518 E 15 KH 64 Fett 22 ZSA 1, 10, 11a, 13, 16, 17	KJ 3612 kcal 860 E 31 KH 55 Fett 57 ZSA 13, 14, 17, 20, 22, 4, 5, 9	KJ 1520 kcal 362 E 16 KH 50 Fett 10	KJ 2491 kcal 593 E 42 KH 84 Fett 9 ZSA 11a, 2, 22, 4, 5	KJ 990 kcal 230 E 14 KH 27 Fett 9 ZSA 1, 2, 3, 4, 5
SA 09.09.	Gemüseintopf "Pichelsteiner Art" mit Kartoffelwürfeln, Gemüseinlage und Hähnchenbruststreifen K	Oberammergauer Dampfnudel mit Kirschfüllung, dazu feine Vanillesauce K	<p align="center">Arbeiterwohlfahrt Mettmann</p> <p align="center">Tel: 02104 - 70753</p> <p align="center">Fax: 02104 - 789239</p> <p align="center">An- und Abbestellung: Werktag zu Werktag bis 12:00 Uhr</p> <p align="center">K=Kühlmenüs, Anlieferung gekühlt Freitag (gekühlt lagern) Verbrauch bis einschl. Sonntag! Zubereitung: siehe Etikett</p> <p align="center">Die Kühlmenüs für das Wochenende müssen mittwochs bis 12:00 Uhr bestellt werden</p>				Rinderfrikadelle auf Erbsen-Möhrengemüse in Rahm, dazu hausgemachtes Kartoffelpüree K
	KJ 1212 kcal 360 E 28 KH 31 Fett 13 ZSA 17, 19, 22, 5	KJ 2902 kcal 691 E 22 KH 121 Fett 13 ZSA 1, 11a, 13, 17, 2, 4					KJ 2197 kcal 523 E 31 KH 51 Fett 21 ZSA 11a, 13, 17, 2, 22, 5
SO 10.09.	Schweinenackenbraten in herzhafter Sauce, dazu Rotkohl und Kartoffelknödel * K	Gemüsefrikadelle mit Schnittlauchsauce, Broccoli natur und Salzkartoffeln K					KJ 1869 kcal 445 E 41 KH 26 Fett 2
	KJ 2365 kcal 563 E 34 KH 70 Fett 16 ZSA 11a, 17, 2, 20, 22, 4, 5	KJ 1890 kcal 450 E 17 KH 62 Fett 14 ZSA 1, 10, 11a, 13, 17, 22, 3, 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.