



KW 02
Essen auf Rädern

Ihr Menüservice
mit Herz



Bestellschein

Kalenderwoche: 2

* Kann enthalten 1,2,3,10,Ei,
G,G1,G3,M,Me,La,Sb,Sd,S,Sn

Menü- angebot	1	2	3	4	5	6	Menü	1	2	3	4	5	6	Des- sert*	Sa- lat*	Kuchen
	Regionale Spezialitäten	Gut Bürgerlich	Tagesgericht	Vegetarisch	Kleine Mahlzeit	Pürierte Kost		Anzahl								
Mo	Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln	Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüsereis ^{Sn}	Hähnchen "Cordon bleu", mit naturellen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingsspüree ^{20,G,G1,M,Me,La}	Cremiges Champignonragout mit Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,S,Sn}	Pürierter Geflügelbraten in Soße mit Rahmspinat, dazu Spätzle ^{G,G1,Ei,Sb,M,Me,La,S}	Mo									
05.01.	Art. 4226 ● L 9,60 €	Art. 4138 ● 9,15 €	Art. 4770 ● L 10,20 €	Art. 4587 ● L 8,45 €	Art. 4060 ● 8,65 €	Art. 42002 9,75 €	05.01.									
Di	Hähnchenfilet "Gärtnerin Art" in Sahnesoße mit Gemüseinlage, dazu Langkornreis ^{G,G1,M,Me,La,S}	Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Zwei Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S}	Spaghetti mit grünem Pestto und einer Käse-Tomaten-Garnitur ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln ^{G,G1,M,Me,La}	Pürierte Gemüseschnitte in Tomatensoße dazu Erbsen und Butternudeln ^{G,G1,G3,Ei,Sb,M,Me,La}	Di									
06.01.	Art. 4780 ● L 8,25 €	Art. 4273 ● 10,05 €	Art. 4086 ● 9,55 €	Art. 4540 ● L 9,00 €	Art. 4762 ● L 8,10 €	Art. 42004 9,75 €	06.01.									
Mi	Rinderfrikadelle "Griechische Art" dazu Tomaten-Paprika-Reis und Grillgemüse in einer fruchtigen Soße ^{G,G1,Ei,M,Me,La}	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Pasta Duett Cannelloni gefüllt mit Rinderhackfleisch in Tomaten-Sahne-Soße und Penne in Käse-Spinat-Soße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten-Gemüse-Soße ^s	Rührei mit Gemüse "Leipziger Allerlei", dazu Frühlingsspüree ^{Ei,M,Me,La}	Pürierte Spaghetti Bolognese vom Rind ^{G,G1,Ei,Sb,M,Me,La}	Mi									
07.01.	Art. 4045 ● 9,15 €	Art. 4732 ● 9,15 €	Art. 4577 ● L 9,00 €	Art. 4588 ● 8,25 €	Art. 4581 ● L 7,80 €	Art. 42051 ● L 9,75 €	07.01.									
Do	Bandnudeln Carbonara mit geräuchertem Speck in Käsesoße ^{20,G,G1,Ei,M,Me,La}	Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle ^{20,G,G1,Ei,Sn}	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingsschwiebel Garnitur ^{G,G1,M,Me,La}	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse "Leipziger Allerlei" und Stampfkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüsereis ^{G,G1,Fi,M,Me,La,Sn}	Püriertes Hähnchen in Currysoße dazu Erbsen und Reis ^{Sb,M,Me,La,S,Sn}	Do									
08.01.	Art. 4507 ● 8,70 €	Art. 4154 ● 9,80 €	Art. 4668 8,95 €	Art. 4554 ● L 8,55 €	Art. 4493 ● L 8,50 €	Art. 42108 9,75 €	08.01.									
Fr	Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf ^{Fi,M,Me,La,Sn}	Schweinegulasch "Hausfrauen Art" mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln ^{20,G,G1,M,Me,La,S}	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Pflaumenkompott ^{9,G,G1,M,Me,La}	Erbsentaler in Mehrraatenpanade dazu eine cremige Curry-Soße und Gemüsereis ^{G,G1,M,Me,La}	Reibekuchen "Hausfrauen Art" mit Speck und Zwiebeln ^{20,G,G1,Ei}	Pürierter Alaska-Seelachs in Soße mit Möhren und Herzoginkartoffeln ^{G,G1,Fi,Sb,M,Me,La}	Fr									
09.01.	Art. 4432 ● L 10,30 €	Art. 4164 ● 9,35 €	Art. 4513 ● L 7,95 €	Art. 4592 ● L 9,00 €	Art. 4546 ● 8,70 €	Art. 42025 ● L 9,75 €	09.01.									
Sa	Klassischer Hühnersuppentopf ^{G,G1,Ei}	Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln ^{G,G1,Ei}	Schweineschnitzel in Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}	Kürbis-Kartoffeleintopf mit Steckrübe	Herzhaftes Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" mit Petersilienkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S,Sn}	Pürierter Rinderhackauflauf mit Kartoffelhaube dazu Wirsing ^{Sb,M,Me,La}	Sa									
10.01.	Art. 4621 ● L 7,95 €	Art. 4001 ● 8,70 €	Art. 4189 ● L 9,30 €	Art. 4628 ● L 7,95 €	Art. 4233 ● L 8,20 €	Art. 42060 9,75 €	10.01.									
So	Rinderbraten in einer Senf-Butter-Soße dazu Kaisergemüse und kleine Kartoffeln mit Schale ^{M,Me,La,Sn}	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu "Hausmacher-Spätzle" ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}	Hackbällchen vom Schwein und Rind in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La}	Feine Gemüsauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingsspüree ^{G,G1,M,Me,La}	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln	Pürierter Schweinebraten in Champignonsoße mit Möhren und Bratkartoffeln ^{Sb,M,Me,La,S}	So									
11.01.	Art. 4217 ● L 10,30 €	Art. 4748 ● L 9,60 €	Art. 4095 ● L 8,95 €	Art. 4594 ● L 8,35 €	Art. 4168 ● L 8,40 €	Art. 42106 9,75 €	11.01.									

Dessert pro Stück 1,00 €: Mo 1x Banane Di 1x Götterspeise Mi 1x Apfelkompott Do 1x Schokoladenpudding Fr 1x Fruchtjoghurt Sa 1x Dessertcreme Rote Grütze So 1x Buttermilchdessert
Salat pro Stück 2,00 €: Mo 1x Krautsalat mit Essig-Öl-Dressing Di 1x Blattsalat mit Joghurtdressing Mi 1x Karottensalat Do 1x Tomatensalat mit Essig-Öl-Dressing Fr 1x Blattsalat mit Schmanddressing Sa 1x Bohnensalat mit Essig-Öl-Dressing So 1x Gurkensalat mit Schmanddressing
Kuchen pro Stück: 1,90 €
Online: www.awo-essen-auf-raedern.de Telefon: 0800 340 3440 Fax: 0561 5077180

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!

Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!

Wählen Sie Ihre Kostform:

L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

= Apfelkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen ^{10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1}

Änderungen vorbehalten

Kunden-Nr. _____ Tel. _____

Name _____

Straße, Hausnr. _____

Wohnort _____

Bestellschein

Kalenderwoche: 3

* Kann enthalten 1,2,3,10,Ei,
G,G1,G3,M,Me,La,Sb,Sd,S,Sn

Menü	1	2	3	4	5	6	Des- sert*	Sa- lat*	Kuchen
									Anzahl
Mo									
12.01.									 
Di									
13.01.									 
Mi									
14.01.									 
Do									
15.01.									 
Fr									
16.01.									 
Sa									
17.01.									 
So									
18.01.									 

Einfach das Gewünschte ankreuzen, Ihre Anschrift auf der Rückseite eintragen und an uns abschicken oder Ihrem Menükurier mitgeben.

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken verarbeitet. Der Verarbeitung Ihrer Daten zum Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen. Zudem haben Sie ein Auskunftsrecht und Berichtigungsrecht hinsichtlich Ihrer personenbezogenen Daten. Abgesehen von rechtlichen Aufbewahrungsfristen haben Sie darüber hinaus auch das Recht auf Löschung Ihrer personenbezogenen Daten.



KW 03
Essen auf Rädern



Wir bringen Ihnen
den Genuss ins Haus.
Guten Appetit.

Menü- angebot	1	2	3	4	5	6
	Regionale Spezialitäten	Gut Bürgerlich	Tagesgericht	Vegetarisch	Kleine Mahlzeit	Pürierte Kost
Mo	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis G,G1,Ei,S	Panierter Alaska-Seelachs mit Kräuterfüllung dazu Romanesco, Blumenkohl und Brokkoli in Soße und Salzkartoffeln G,G1,Fi,M,Me,La,Sn	Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein 20,3,S,Sn	Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese G,G1,S	Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse "Leipziger Allerlei" und Spätzle G,G1,Ei,S	Püriertes Hähnchen "Gärtnerin Art" mit Erbsen und Herzoginkartoffeln Sb,M,Me,La
12.01.	Art. 4026 ● 9,15 €	Art. 4402 ● L 9,95 €	Art. 4606 ● 8,60 €	Art. 4552 ½ ● L 8,30 €	Art. 4146 ● L 8,40 €	Art. 42076 9,75 €
Di	Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S	Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein G,G1,Ei,S	Klassischer Kaiserschmarrn mit Apfel-Rosinen-Kompott G,G1,Ei,M,Me,La	Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße mit Langkornreis G,G1,M,Me,La,Sn	Geflügelfrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree G,G1,M,Me,La,S,Sn	Püriertes Gemüse-Bohnenragout mit Karotten-Steckrüben-Gemüse und Herzoginkartoffeln Sb
13.01.	Art. 4124 ● L 9,50 €	Art. 4610 ● L 8,45 €	Art. 4523 ½ L 8,45 €	Art. 4548 ½ ● 8,65 €	Art. 4790 ● L 7,80 €	Art. 42050 ½ 9,75 €
Mi	Klopse "Königsberger Art" aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S	Schweinegulasch "Jäger Art" dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle G,G1,Ei	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Früchten, dazu Gemüsereis M,Me,La,S,Sn	Eieromelette auf Rata-touille-Gemüse dazu Käse-Ricotta-Tortellini in Käse-soße mit Spinat G,G1,Ei,M,Me,La,S	Reibekuchen mit Apfelmus G,G1,Ei	Pürierte Bratwurst in Currysoße mit Pommes aus Kartoffelzubereitung, dazu Erbsen 20,G,G3,Ei,Sb,Sn
14.01.	Art. 4079 ● L 8,30 €	Art. 4145 ● L 9,60 €	Art. 4400 ● L 9,50 €	Art. 4595 ½ ● 9,45 €	Art. 4557 ½ L 8,70 €	Art. 42103 ● 9,75 €
Do	Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße dazu grüne Bohnen "naturell" und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S	Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüsereis	Wurstpfanne "Jäger Art" vom Schwein in herzhafter Soße, dazu Spätzle 20,3,G,G1,Ei,M,Me,La,S	Kleine Gemüserösti dazu Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und ein cremiger Dip G,G1,Ei,M,Me,La,S,Se	Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße dazu Erbsen "naturell" und Langkornreis	Püriertes Hühnerfrikassee in Soße dazu Möhren und Reis Sb,M,Me,La
15.01.	Art. 4061 ● L 9,15 €	Art. 4798 ● L 9,50 €	Art. 4025 9,10 €	Art. 4508 ½ ● 8,95 €	Art. 4792 ● L 8,25 €	Art. 42110 9,75 €
Fr	Alaska-Seelachs mit Spinat-Käse-Auflage, dazu eine Gemüsemischung und Rahmkartoffeln G,G1,Fi,M,Me,La	Spaghetti Bolognese mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein G,G1,Ei,S	Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln 3,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsoße G,G1,Ei,M,Me,La	Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree G,G1,Fi,M,Me,La	Pürierter Lachs in Buttersoße mit Brokkoli und Nudeln G,G1,Ei,Fi,Sb,M,Me,La
16.01.	Art. 4426 ● L 9,75 €	Art. 4584 ● 8,55 €	Art. 4076 9,15 €	Art. 4571 ½ ● 8,65 €	Art. 4430 ● L 8,40 €	Art. 42109 9,75 €
Sa	Linseneintopf "Hausfrauen Art" mit deftiger Bauernwurst vom Schwein 20,3,S	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Fingermöhren und Spätzle G,G1,Ei,S	Grünkohleintopf mit geschnittener Mettwurst vom Schwein 20,3,S,Sn	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken G,G1,Ei,M,Me,La,S	Bratwurst vom Schwein in Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S	Püriertes Rührei mit Spinat dazu Kartoffelpüree Ei,Sb,M,Me,La
17.01.	Art. 4641 ● 8,45 €	Art. 4740 ● L 9,95 €	Art. 4614 9,05 €	Art. 4585 ½ ● 9,00 €	Art. 4082 ● L 8,20 €	Art. 42059 ½ 9,75 €
So	Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen 20,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Kalbshacksteak in cremiger Weißwein-Soße dazu Wirsinggemüse und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln M,Me,La,S	Saftige Gemüsefrikadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La	Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle G,G1,Ei,S	Pürierter Sauerbraten vom Rind in Soße mit Apfelrotkohl und Kartoffeln Ei,Sb
18.01.	Art. 4117 ● 9,55 €	Art. 4347 ½ ● 9,45 €	Art. 4758 ● L 9,75 €	Art. 4387 ½ ● L 8,90 €	Art. 4227 ● L 8,85 €	Art. 42008 ● L 9,75 €

Dessert pro Stück 1,00 €: Mo 1x Karamellpudding Di 1x Früchtequark Mi 1x Pfirsichkompott Do 1x Vanillepudding Fr 1x 2 Clementinen Sa 1x Fruchtjoghurt So 1x Mousse au Chocolat

Salat pro Stück 2,00 €: Mo 1x Blattsalat mit Schmanddressing Di 1x Rote Bete Salat Mi 1x Tomatensalat mit Essig-Öl-Dressing Do 1x Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing Fr 1x Kartoffelsalat mit Speck Sa 1x Blattsalat mit Joghurdressing So 1x Puszatalat

Kuchen pro Stück: 1,90 €

Online: www.awo-essen-auf-raedern.de Telefon: 0800 340 3440 Fax: 0561 5077180

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!

Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!

 = Apfelkuchen G,G1,Ei,M,Me,La
 = Kirschkuchen 10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb
 = Butterkuchen G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1

Wählen Sie Ihre Kostform:

L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz ½ = mit Alkohol ½ = vegetarisch ½ = Menüs mit mind. 25g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g ☞ = enthält Zutaten vom Schwein
Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf
Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Änderungen vorbehalten