



Essen auf Rädern

Ihr Menüservice mit Herz



Bestellschein

Kalenderwoche: 4

* 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	Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße G,G1,M,Me,La,S	Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Feines Hühnerfrikassee "Frühlings Art" mit Langkornreis G,G1,M,Me,La,S	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln Ei,M,Me,La	Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S	Pürierter Geflügelbraten in Soße mit Rahmspinat, dazu Spätzle G,G1,Ei,Sb,M,Me,La	Mo									
19.01.	Art. 4761 ● L 9,45 €	Art. 4080 ● L 8,25 €	Art. 4745 ● L 9,00 €	Art. 4565 ● L 8,15 €	Art. 4573 ● L 7,70 €	Art. 42062 9,70 €	19.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Di	Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln	Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch S	Traditionelle Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La	Spinat-Käse-Strudel dazu eine Reissnudelpfanne mit Gemüse "mediterrane Art" und Tomatensoße G,G1,Ei,M,Me,La,S	Rindfleisch in Meerrettichsoße dazu Erbsen "naturrell" und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La	Pürierter Möhreneintopf mit vegetarischer Wurst (auf Basis von Gemüse und Sonnenblumenprotein) Sn	Di									
20.01.	Art. 4759 ● 9,60 €	Art. 4645 ● L 8,40 €	Art. 4074 8,25 €	Art. 4562 ● 9,20 €	Art. 4206 ● L 8,70 €	Art. 42064 9,70 €	20.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Mi	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln 3,M,Me,La,S,Sn	Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken 20,3,G,G1,M,Me,La,S	Kartoffel-Gemüse-Reibekuchen mit einem feinen Gemüsemix und einem cremigen Dip G,G1,Ei,M,Me,La,S	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln G,G1,Fi,M,Me,La	Pürierte Bratwurst in Currysoße mit Pommes aus Kartoffelzubereitung, dazu Erbsen 20,G,G3,Ei,Sb,Sn	Mi									
21.01.	Art. 4053 ● L 8,25 €	Art. 4767 ● L 8,85 €	Art. 4551 ● 8,25 €	Art. 4576 ● 9,00 €	Art. 4434 ● L 8,65 €	Art. 42103 ● 9,70 €	21.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Do	Schwäbische Maultaschen in einer kräftigen Brühe mit Zwiebelschmelze 20,G,G1,Ei,S	Zarte Hähnchenbrust in einer cremigen Zwiebelsoße mit Gemüse-Nudeln G,G1,M,Me,La	Apfelstrudel mit Vanillesoße G,G1,M,Me,La	Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße mit buntem Gemüse G,G1,Ei,M,Me,La	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln M,Me,La,S,Sn	Pürierte Gemüseschnitte in Tomatensoße dazu Erbsen und Butternudeln G,G1,Ei,Sb,M,Me,La	Do									
22.01.	Art. 4386 ● 8,70 €	Art. 4776 ● 9,65 €	Art. 4512 9,10 €	Art. 4598 ● 9,45 €	Art. 4231 ● L 8,70 €	Art. 42004 9,70 €	22.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fr	Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln Fi,M,Me,La,S,Sn	Kasselerbraten in Braten-saft mit Sauerkraut und Kartoffelpüree 20,3,M,Me,La,S	Currywurst mit Kartoffel-spalten 3,Sn	Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen "naturell" und kleine Kartoffeln mit Schale G,G1,Ei,M,Me,La	Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse "naturell" und Gabelspaghetti G,G1,M,Me,La,S	Pürierter Alaska-Seelachs in Soße mit Möhren und Herzoginkartoffeln G,G1,Fi,Sb,M,Me,La	Fr									
23.01.	Art. 4419 ● L 9,30 €	Art. 4102 ● 9,65 €	Art. 4088 ● 8,40 €	Art. 4543 ● L 8,60 €	Art. 4755 ● 9,20 €	Art. 42025 ● L 9,70 €	23.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sa	Festtagssuppe mit Rindfleisch und Grießnockerln G,G1,Ei,M,Me,La,S	Paniertes Schweineschnitzel "Jäger Art" in Champignonsoße mit Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" mit Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf mit Kartoffelwürfeln	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott 10,G,G1,Ei,M,Me,La	Pürierte Pfannkuchenzubereitung mit Kirschfüllung auf Vanillesoße 10,G,G1,Ei,M,Me,La	Sa									
24.01.	Art. 4693 ● L 9,20 €	Art. 4153 ● 9,60 €	Art. 4297 ● L 9,65 €	Art. 4639 ● L 7,95 €	Art. 4524 ● L 8,60 €	Art. 42121 L 9,70 €	24.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
So	Rinderroulade "Hausfrauen-Art" in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln G,G1,S,Sn	Panierte Hähnchen-Happen mit Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree G,G1,M,Me,La,S	Senfrüstenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Feine Gemüsevielfalt, Karottenecke in Knusperpanade, Romanesco-Möhren-Gemüse, Salzkartoffeln & Buttersoße G,G1,G3,M,Me,La,S	Zartes Schweinegeschnetzeltes in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfe-Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S	Pürierte Rinderroulade in Soße dazu grüne Bohnen und Kartoffeln Sn	So									
25.01.	Art. 4221 ● L 10,05 €	Art. 4747 ● L 8,50 €	Art. 4192 ● L 9,30 €	Art. 4556 ● L 9,05 €	Art. 4163 ● L 8,70 €	Art. 42119 ● L 9,70 €	25.01.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

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: 5

* 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									
26.01.									
Di									
27.01.									
Mi									
28.01.									
Do									
29.01.									
Fr									
30.01.									
Sa									
31.01.									
So									
01.02.									

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.



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	Deftiges Eisbeinflisch auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree 20,3,M,Me,La	Geflügelfrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn	Seelachsfilet in einer Tomatensoße "Mediterrane Art" mit Grill-Gemüse dazu Kartoffelwürfel Fi	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Gemüse in einer kräftigen Tomatensoße G,G1,M,Me,La	Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis G,G1,M,Me,La,S,Sn	Püriertes Hähnchen "Gärtnerin Art" mit Erbsen und Herzoginkartoffeln Sb,M,Me,La
26.01.	Art. 4144 ● 9,80 €	Art. 4768 ● L 9,00 €	Art. 4406 ● 9,90 €	Art. 4544 2 8,70 €	Art. 4744 ● L 8,30 €	Art. 42076 9,70 €
Di	Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Ei,M,Me,La,S	Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S	Sauerrahmgulasch vom Schwein mit Romanesco und Pariser Karotten, dazu Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S	Spätzlepfanne mit Rübengemüse, Silberzwiebeln und Tomatenwürfeln, garniert mit Käse G,G1,Ei,M,Me,La	Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf s	Pürierter Blumenkohl-Brokkoliauflauf mit Kartoffelhaube in Käsesoße dazu Möhren-Steckrüben-Gemüse M,Me,La
27.01.	Art. 4069 8,90 €	Art. 4458 ● L 9,00 €	Art. 4151 ● L 10,00 €	Art. 4575 2 ● 8,70 €	Art. 4608 2 ● L 7,30 €	Art. 42123 2 9,70 €
Mi	Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln G,G1,Ei,S,Sn	Kartoffelsuppe "Holsteiner Art" mit geschnittener Mettwurst vom Schwein 20,3,M,Me,La,S	Rostbratwürstchen "Fränkische Art" vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree 3,M,Me,La	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, grünen Bohnen und Fingermöhren, dazu Stampfkartoffeln M,Me,La,S	Champignons in Rahmsauce dazu Serviettenknödel G,G1,Ei,M,Me,La,S	Pürierte Spaghetti Bolognaise vom Rind G,G1,Ei,Sb,M,Me,La
28.01.	Art. 4023 ● L 8,70 €	Art. 4609 ● 8,65 €	Art. 4021 9,00 €	Art. 4574 2 ● L 8,25 €	Art. 4580 2 ● 8,90 €	Art. 42051 ● L 9,70 €
Do	Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln G,G1,S,Sn	Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen, dazu Salzkartoffeln 20,3	Topfenknödel mit Nougatcremefüllung dazu Vanillesoße und fruchtige Himbeer-Erdbeer-Grütze G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf2	Herzhafter Spinatpfannkuchen mit Frischkäsefüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffelwürfel G,G1,Ei,M,Me,La	Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen "naturell" und Kartoffelklöße G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Püriertes Hühnerfrikassee in Soße dazu Möhren und Reis Sb,M,Me,La
29.01.	Art. 4275 ● L 9,65 €	Art. 4197 ● 9,80 €	Art. 4500 2 L 8,70 €	Art. 4570 2 ● 8,75 €	Art. 4099 ● 8,15 €	Art. 42110 9,70 €
Fr	Gedünstetes Lachsfilet in Gurken-Rahmsauce, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln G,G1,Fi,M,Me,La,S	Paniertes Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße dazu Spiralnudeln 20,G,G1,Sn	Käse-Ricotta-Tortelloni in cremiger Käsesauce mit Schinken und Erbsen 20,3,G,G1,Ei,M,Me,La,S	Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur	Saftiges Kasseler in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln 20,3,G,G1,M,Me,La,S	Pürierter Lachs in Buttersoße mit Brokkoli und Kartoffelrosetten Fi,Sb,M,Me,La
30.01.	Art. 4411 ● L 10,05 €	Art. 4131 ● 9,20 €	Art. 4578 ● 9,30 €	Art. 4560 2 ● 9,00 €	Art. 4199 ● 8,45 €	Art. 42116 9,70 €
Sa	Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,Sn	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch S,Sn	Herzhaftes Rindersaftgulasch mit Spätzle G,G1,Ei	Cremige Erbsensuppe mit Gemüseeinlage G,G1,M,Me,La,S	Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln 20,G,G1,Ei,M,Me,La,S	Püriertes Omelette in Soße mit Spinat-Käse Füllung in Käsesauce dazu Karotten-Steckrüben-Gemüse und Kartoffelrosetten Ei,M,Me,La
31.01.	Art. 4018 ● 9,65 €	Art. 4644 ● L 8,35 €	Art. 4249 ● 9,65 €	Art. 4683 2 ● L 7,80 €	Art. 4022 ● L 7,80 €	Art. 42122 2 9,70 €
So	Schweinebraten "Altdeutsche Art" mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln M,Me,La,S,Sn	Tafelspitz aus zartem Rindfleisch in Schnittlauch-Rahmsauce mit Suppengemüse, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S	Hähnchenbrust in Rahmsauce dazu Steckrüben-Möhren-Gemüse und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S	Linsenbällchen mit einer Perlknudel-Gemüse-Pfanne dazu ein cremiger Joghurt-Dip G,G1,G4,Ei,M,Me,La,S	Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersauce mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn	Pürierter Sauerbraten vom Rind in Soße mit Apfelrotkohl und Kartoffeln Ei,Sb
01.02.	Art. 4158 ● L 9,65 €	Art. 4224 ● 10,05 €	Art. 4796 ● L 9,65 €	Art. 4555 2 ● 9,35 €	Art. 4553 2 ● L 8,25 €	Art. 42118 9,70 €

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 Pusztasalat

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 2 = mit Alkohol 2 = vegetarisch 2 = Menüs mit mind. 25g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g 2 = 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