

Name: _____ Tour: _____
 Adresse: _____

Ihre Menüauswahl für die 5. Woche vom 27. Januar bis zum 2. Februar

Planabgabe bis zum

21. Januar 2020

Service-Telefon:
 Caritasverband, Frau Morell:
 0611-58079960
 Fax: 0611-58079965



	Tagesmenü € 8,05	Tagesmenü kleine Portion € 7,20	D-Menü € 8,15	Leckere Vielfalt € 8,15	Spezialmenü € 8,35	Vegetarische Speise € 8,05	Gut & Günstig € 6,85	Salat & Co (kalt) € 7,75	Süßspeise € 7,25	Abendbrot (wird mittags geliefert) € 5,45	Klassik Menü (Einwegverpackung) € 7,85
Montag 27. Jan	<input type="checkbox"/> Hähnchenfilet mit Tomaten-Basilikum-Soße, dazu Nudeln und Brokkoli KJ410 EW7,9 KH13,6 Fett0,7 Gesamt: 5,9 BE (Geflügel, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Kräuterbratwurst vom Schwein, in Soße mit Möhren-Mais-Gemüse und Salzkartoffeln KJ556 EW3,6 KH10,2 Fett6,1 Gesamt: 4,5 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> "Nasi Goreng" Reis mit chinesischem Gemüse und zartem Hähnchenfleisch KJ502 EW5,5 KH20,3 Fett1,7 Gesamt: 7,2 BE (Geflügel, 3, A1, F, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweineroulade "Hausfrauen Art" mit Rotkohl und Salzkartoffeln KJ210 EW1,6 KH8,9 Fett0,8 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, 3, 4, 5, A1, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Gefüllte Paprikaschote mit fruchtiger Tomatensoße und feinem Butterreis KJ423 EW3,7 KH16,8 Fett1,9 Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Kartoffelsuppe "Schlesische Art" mit Krakauerwurst KJ377 EW3,9 KH9,0 Fett4,2 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 2, 4, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat und Senf KJ678 EW6,4 KH11,7 Fett9,8 Gesamt: 3,9 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Milchreis mit heißen Kirschen KJ577 EW1,9 KH22,2 Fett1,0 Gesamt: 9,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Rindfleischsalat mit Brot und Butter KJ531 EW7,2 KH10,9 Fett5,9 Gesamt: 3,3 BE (Rind, 3, A1, A2) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Frikadelle vom Rind und Schwein, in Champignonsoße mit Gartengemüse & Kartoffeln Gesamt: 3,5 BE (Rind, Schwein, 9, A, C, G, I) Kein Dessert
Dienstag 28. Jan	<input type="checkbox"/> Wiegebraten Hackbraten in delikater Soße mit Rosenkohl & Kartoffelpüree KJ374 EW4,8 KH7,5 Fett4,5 Gesamt: 3,3 BE (Schwein, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hähnchenkeule in Soße, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln KJ435 EW5,9 KH6,7 Fett5,9 Gesamt: 3,6 BE (Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gebackener Fleischkäse vom Schwein, in Soße mit feinem Mischgemüse und Salzkartoffeln KJ473 EW3,4 KH9,8 Fett6,7 Gesamt: 3,8 BE (Schwein, 2, 4, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Geflügelfilet "Alfredo" in Käsesoße dazu Gemüsespaghetti KJ467 EW8,4 KH13,2 Fett2,6 Gesamt: 5,0 BE (Geflügel, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Chilli sin Carne vegetarisches Chilli mit Reis KJ477 EW2,6 KH20,9 Fett0,6 Gesamt: 8,2 BE (Vegetarisch, 3, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Rigatoni "Pesto Rosso" in Basilikumsoße mit Schinkenstreifen, dazu Gurkensalat KJ459 EW3,9 KH15,6 Fett3,2 Gesamt: 7,1 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Thunfischsalat mit frischen Salaten, dazu pikantes Haus-Dressing KJ471 EW6,2 KH4,3 Fett3,8 Gesamt: 1,1 BE (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Quarkstrudel mit Vanillesoße KJ727 EW3,4 KH21,4 Fett8,3 Gesamt: 7,0 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gyrosbraten vom Schwein, mit Zaziki und Krautsalat KJ836 EW6,8 KH5,7 Fett16,6 Gesamt: 1,7 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Vollmilch-Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott Gesamt: 3,9 BE (Vegetarisch, 3, 9, A, G) Kein Dessert
Mittwoch 29. Jan	<input type="checkbox"/> Heiße Fleischwurst aus Schweinefleisch, mit Sauerkraut und Püree KJ454 EW3,5 KH8,3 Fett6,6 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Geflügelrikadelle in feiner Bratensoße, dazu feines Kaisergemüse und Reis KJ449 EW4,9 KH15,7 Fett2,5 Gesamt: 6,5 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree KJ448 EW4,9 KH11,6 Fett4,5 Gesamt: 4,5 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Spießbraten vom Schwein, auf Zwiebelgemüse, dazu Paprikakartoffeln und Salat KJ480 EW3,7 KH7,5 Fett7,6 Gesamt: 3,2 BE (Schwein, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Bunte Kartoffelpfanne mit Blattspinat und Käse überbacken KJ323 EW3,5 KH8,3 Fett3,1 Gesamt: 3,7 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Möhreintopf mit zartem Rindfleisch KJ290 EW3,3 KH6,1 Fett2,6 Gesamt: 3,6 BE (Rind, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Caesar-Salat Blattsalat mit Mais, Hähnchenfleisch, Croutons und Cocktaildressing KJ473 EW9,7 KH10,9 Fett3,2 Gesamt: 2,9 BE (Geflügel, 2, 9, A1, F, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Grießflammeri "Baden Baden" mit Fruchtsoße KJ478 EW3,2 KH20,2 Fett2,0 Gesamt: 8,2 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eiersalat mit Obstgarnitur und Weißbrot KJ704 EW6,0 KH6,3 Fett13,2 Gesamt: 1,7 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, A1, C, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Alaska Seelachs in Senf-Buttersoße mit Möhren und Risi-Bisi Gesamt: 4,5 BE (Fisch, 9, A, D, G, J, M) Kein Dessert
Donnerstag 30. Jan	<input type="checkbox"/> Hackfleischbällchen "Schwedische Art" in brauner Soße mit Mischgemüse und Nudeln KJ507 EW6,1 KH15,0 Fett3,8 Gesamt: 6,2 BE (Schwein, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Gebackener Seelachs mit fruchtiger Tomatensoße und Frühlingspüree KJ424 EW4,3 KH12,1 Fett3,8 Gesamt: 4,8 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchen-Döner-Teller mit Reis, Soße und Krautsalat KJ602 EW4,9 KH17,7 Fett5,9 Gesamt: 7,2 BE (Geflügel, 2, 3, 5, A1, C, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Rinderschmorbraten mit Pariser Karotten und Kräuterkartoffeln KJ338 EW7,9 KH9,0 Fett1,2 Gesamt: 3,9 BE (Rind, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Brokkoliröschen mit gerösteten Mandeln in Holländischer Soße, dazu Petersilienkartoffeln KJ280 EW2,3 KH8,0 Fett2,6 Gesamt: 3,3 BE (Vegetarisch, 9, A1, G, H1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Poree-Schlemmertopf Rinderhack mit Poreewürfeln in Käse-Bechamellsoße dazu Nudeln KJ690 EW7,3 KH22,6 Fett3,3 Gesamt: 8,7 BE (Rind, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Frikadelle vom Schwein mit Nudelsalat und Senf KJ923 EW7,9 KH15,4 Fett14,1 Gesamt: 4,9 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit Rosinen und Apfelfüllung, dazu Vanillesoße KJ491 EW3,7 KH19,6 Fett2,4 Gesamt: 6,7 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Sandwichteller leckere Sandwiches mit verschiedenem Belag und Garnitur KJ926 EW8,9 KH16,6 Fett13,6 Gesamt: 4,0 BE (Geflügel, A1, F, I) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Bohneneintopf aus weißen Bohnen Gesamt: 3,2 BE (Vegetarisch, I) Kein Dessert
Freitag 31. Jan	<input type="checkbox"/> Vollkorn-Spirelli "Bolognese" vom Rind und Geflügel, dazu Gurkensalat KJ475 EW4,5 KH15,2 Fett2,8 Gesamt: 6,6 BE (Geflügel, Rind, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Schweinerückenbraten in brauner Soße mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln KJ284 EW5,8 KH9,4 Fett0,7 Gesamt: 4,1 BE (Schwein, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Buntes Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren, Spargel und Champignons, dazu Reis KJ457 EW5,9 KH18,6 Fett1,1 Gesamt: 6,8 BE (Geflügel, 2, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Seelachsfilet (gedünstet) in Kräuterbuttersoße, dazu Blumenkohl, Möhren und Salzkartoffeln KJ256 EW3,9 KH8,1 Fett1,6 Gesamt: 3,4 BE (Fisch, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Paprikagemüse mit Risotto KJ469 EW3,4 KH14,6 Fett4,2 Gesamt: 5,4 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Westfälischer Grünkohleintopf mit Mettwurst KJ378 EW3,4 KH7,9 Fett5,0 Gesamt: 3,8 BE (Geflügel, 2, 5, A1, F, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Mexiko-Salat Blattsalate, Paprika, Mais, Zwiebeln, Tomate, Kidneybohnen und Essig-Öl-Dressing KJ269 EW1,5 KH6,1 Fett3,4 Gesamt: 2,0 BE (Vegetarisch, 2, 3, 5, A1, C, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Sahnegrießbrei mit Waldfrüchten KJ531 EW3,2 KH23,2 Fett2,0 Gesamt: 9,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Fischplatte nach Angebot, mit Brot und Butter KJ963 EW9,7 KH14,5 Fett15,0 Gesamt: 3,5 BE (Fisch, 3, A1, A2, D) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gemüseauswahl mit Holländischer Soße und Frühlingspüree Gesamt: 3,7 BE (Vegetarisch, 9, A, G) Kein Dessert
Samstag 01. Feb	<input type="checkbox"/> Pikantes Gulasch vom Schwein mit Mischgemüse und Kartoffeln KJ325 EW6,5 KH8,6 Fett1,7 Gesamt: 3,6 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hühnersuppeintopf mit buntem Gemüse KJ800 EW3,5 KH9,7 Fett15,3 Gesamt: 4,4 BE (Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Orientalischer Bulgur (tomatisiert), dazu gebratenes Gemüse KJ407 EW2,9 KH16,8 Fett1,3 Gesamt: 6,9 BE (Vegetarisch, 3, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinerückenbraten in Rahmsoße mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln KJ255 EW5,8 KH7,5 Fett0,9 Gesamt: 3,2 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Samstag Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/> Milchreis mit Zimtpflaumenkompott KJ463 EW1,9 KH23,3 Fett0,9 Gesamt: 9,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Fleischbällchen vom Schwein, in Cocktailsauce mit Nudelsalat und Garnitur KJ951 EW5,0 KH14,5 Fett16,5 Gesamt: 5,9 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Currywurst vom Schwein mit Kartoffelspalten Gesamt: 6,0 BE (Schwein, J) Kein Dessert	
Sonntag 02. Feb	<input type="checkbox"/> Wiener Sahneleber vom Schwein, mit Champignons, Erbsen & Butterpüree KJ411 EW8,6 KH8,4 Fett3,0 Gesamt: 3,8 BE (Schwein, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Rinderhacksteak mit Pariser Karotten und Kartoffeln KJ518 EW6,3 KH10,5 Fett3,7 Gesamt: 4,9 BE (Rind, 5, A1, C, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tortellini vegetarisch, in fruchtiger Tomatensoße KJ333 EW2,6 KH14,3 Fett1,1 Gesamt: 5,5 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Lachsfilet mit Berner Soße, Kartoffeln und Blattspinat KJ311 EW4,9 KH9,3 Fett1,9 Gesamt: 4,1 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Tiefkühlmenü Sonntag Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!		<input type="checkbox"/> Germknödel mit Vanillesoße KJ653 EW3,7 KH29,6 Fett2,2 Gesamt: 9,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Käseplatte "Winzer Art" mit Weintrauben und Garnitur, dazu Mischbrot und Butter KJ1013 EW11,1 KH36,0 Fett6,2 Gesamt: 6,5 BE (Vegetarisch, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchen-Happen paniert, in Holländischer Soße mit Erbsen, Möhren, Kartoffelpüree Gesamt: 4,4 BE (Geflügel, 8, 9, A, G, I) Kein Dessert	

Legende: (1): Geschmacksverstärker (2): Antioxidationsmittel (3): Süßstoff (4): Konservierungsstoff (5): Farbstoff (6): geschwärzt (7): Alkohol (8): Formfleisch (9): mit Milchprodukt zubereitet (A): Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse [A1=Weizen, A2=Roggen, A3=Gerste, A4=Hafer, A5=Dinkel, A6=Kamut oder A7=Hybridstämme davon] (B): Krebstiere / Krebstiererzeugnisse (C): Eier / Eierzeugnisse (D): Fisch / Fischerzeugnisse (E): Erdnüsse / Erdnussenerzeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose (H): Schalenfrüchte [H1=Mandel, H2=Haselnuss, H3=Walnuss, H4=Cashew, H5=Pecannuss, H6=Paranuss, H7=Pistazie, H8=Macadamianuss und H9=Queenslandnuss] (I): Sellerie / Sellerieerzeugnisse (J): Senf / Senferzeugnisse (K): Sesam / Sesamerzeugnisse (L): Schwefeldioxid und Sulfite (M): Lupinen / Lupinerzeugnisse (N): Weichtiere / Weichtiererzeugnisse (O): Nitritpökelsalz. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet! BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion. Die Nährwertangaben beziehen sich auf 100g.
 KJ=Kilojoule; EW=Protein; KH=Kohlenhydrate; BE=Proteinheiten; Bei Fisch können Gräten enthalten sein. Änderungen und Druckfehler unter Vorbehalt. **ACHTUNG: Preisanpassung ab dem 01.03.2019**