

Name: \_\_\_\_\_ Tour: \_\_\_\_\_  
 Adresse: \_\_\_\_\_

## Ihre Menüauswahl für die 16. Woche vom 13. April bis zum 19. April

Planabgabe bis zum

7. April 2020

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



	Tagesmenü € 8,05 rot	Tagesmenü kleine Portion € 7,20 doppelporion	D-Menü € 8,15 blau	Leckere Vielfalt € 8,15 grün	Spezialmenü € 8,35 orange	Vegetarische Speise € 8,05 pink	Gut & Günstig € 6,85 braun	Salat & Co (kalt) € 7,75 silber	Süßspeise € 7,25 weiß	Abendbrot (wird mittags geliefert) € 5,45	Klassik Menü (Einwegverpackung) € 7,85 gelb
Montag 13. Apr	<input type="checkbox"/> Schweinefilet mit Champignonrahmsoße, grünen Bohnen und Kräuterkartoffeln KJ316 EW6,6 KH8,3 Fett1,7 Gesamt: 3,4 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hähncheninnenfilet auf Tomaten- Gemüseragout mit Reis KJ288 EW6,2 KH18,1 Fett0,5 Gesamt: 6,8 BE (Geflügel, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Vegetarische Paprikaschote mit Bulgur und Tomatensoße KJ384 EW4,3 KH12,6 Fett2,1 Gesamt: 6,0 BE (Vegetarisch, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Geschmortes Lammgulasch mit Bohnen und Salzkartoffeln KJ513 EW7,5 KH12,1 Fett4,8 Gesamt: 5,4 BE (Lamm, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert			<input type="checkbox"/> Milchreis mit Erdbeer-Rhabarberkompott KJ353 EW1,6 KH16,9 Fett0,9 Gesamt: 7,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Kalter Schweinebraten mit Kartoffelsalat KJ515 EW6,6 KH12,6 Fett4,9 Gesamt: 3,8 BE (Schwein, 2, 3, 5, A1, C, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch "Hausfrauen Art" mit Blumenkohl und Salzkartoffeln Gesamt: 2,8 BE (Schwein, 9, A, G, I, O) Kein Dessert	
Dienstag 14. Apr	<input type="checkbox"/> Hühnerfrikassee mit Spargel, Champignons, Erbsen, Karotten und Reis KJ271 EW5,0 KH17,2 Fett1,0 Gesamt: 6,5 BE (Geflügel, 2, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Frischer Gemüseeintopf mit Möhren, Kartoffeln und Geflügel Bockwurst KJ425 EW2,7 KH8,4 Fett6,8 Gesamt: 4,1 BE (Geflügel, 2, 4, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinebraten in Soße mit feinem Bohnengemüse, dazu Salzkartoffeln KJ280 EW5,7 KH9,0 Fett0,8 Gesamt: 4,0 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweineschnitzel mit Paprikakartoffeln & Krautsalat KJ527 EW5,3 KH13,7 Fett5,4 Gesamt: 6,1 BE (Schwein, 2, 3, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Currywurst vegetarisch, mit Reis und Zucchini KJ410 EW3,7 KH18,4 Fett4,3 Gesamt: 8,0 BE (Vegetarisch, 3, 5, 9, A1, C, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Rigatoni "al Arrabiata" in Tomatensoße mit Oliven und Paprika KJ576 EW4,4 KH26,2 Fett1,4 Gesamt: 11,0 BE (Vegetarisch, 3, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Pizzafrikadelle vom Geflügel mit Kartoffelsalat und Salatgarnitur KJ684 EW6,1 KH12,4 Fett9,6 Gesamt: 4,2 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit Apfelpommes KJ592 EW3,8 KH24,6 Fett2,7 Gesamt: 10,4 BE (Vegetarisch, 9, A1, C, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Schnittchenteller Fertig belegte Schnitten mit Wurst, Käse & Garnitur KJ1031 EW8,1 KH28,2 Fett11,4 Gesamt: 6,0 BE (Geflügel, Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gemüseeintopf nach "Gärtnerin Art" mit Fleischklößchen vom Schwein Gesamt: 2,5 BE (Schwein, A, C, G, I) Kein Dessert
Mittwoch 15. Apr	<input type="checkbox"/> Westfälische Dicke Bohnen mit Mettwurst vom Schwein und Salzkartoffeln KJ451 EW4,1 KH10,4 Fett5,2 Gesamt: 4,3 BE (Schwein, 2, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Hähnchenfrikadelle in Soße mit Kohlrabi und Salzkartoffeln KJ370 EW4,3 KH12,1 Fett2,4 Gesamt: 5,9 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Fischfilet "Napoli" in fruchtiger Tomatensoße, dazu Gemüse KJ212 EW5,1 KH12,7 Fett0,5 Gesamt: 5,0 BE (Fisch, A1, D, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Rinderzwiebelbraten in Soße, dazu Rotkohl und Petersilienkartoffeln KJ385 EW8,2 KH10,2 Fett1,6 Gesamt: 4,9 BE (Rind, 5, A1) Dessert	<input type="checkbox"/> Gemüse-Köttbullar mit Käselauchoße und Bulgur KJ454 EW3,8 KH15,7 Fett2,7 Gesamt: 6,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Möhreintopf mit frischen Gartenkräutern und Geflügelbällchen KJ350 EW3,9 KH9,6 Fett3,1 Gesamt: 4,7 BE (Geflügel, 5, A1, C, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Frische Salate der Saison mit Hähnchenbrust und Cocktaildressing KJ520 EW9,5 KH11,6 Fett4,2 Gesamt: 3,0 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, F, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Feiner Grießbrei mit roter Grütze KJ547 EW3,2 KH24,2 Fett2,0 Gesamt: 10,1 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Feine Sülze mit Remouladensoße, Garnitur und Brot KJ901 EW7,8 KH14,1 Fett14,2 Gesamt: 2,5 BE (Schwein, 2, 3, 9, A1, A2, G, I, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Vegetarischer Strudel auf Gemüsebett, Kartoffelwürfel und Holländische Soße Gesamt: 4,0 BE (Vegetarisch, 7, A, G, I) Kein Dessert
Donnerstag 16. Apr	<input type="checkbox"/> Hähnchen-Hackbraten in Soße, dazu Frühlingsgemüse und Reis KJ341 EW4,5 KH15,4 Fett2,5 Gesamt: 6,6 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Räuberfleisch vom Schwein, mit Balkangemüse & Kartoffeln KJ339 EW6,0 KH9,9 Fett1,8 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Herzhafte Leberknödel auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree KJ448 EW4,7 KH11,3 Fett4,4 Gesamt: 5,4 BE (Schwein, 5, 9, A1, C, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenfiletstreifen in Pilzrahmsoße, dazu Spätzle KJ408 EW8,0 KH13,5 Fett1,2 Gesamt: 5,2 BE (Geflügel, 5, 9, A1, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Chili sin Carne vegetarisches Chili mit Reis KJ294 EW1,7 KH19,5 Fett0,5 Gesamt: 7,9 BE (Vegetarisch, 3, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Bunte Nudeln mit Brokkoli-Gemüsesoße KJ388 EW3,6 KH15,0 Fett1,7 Gesamt: 5,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Frischer Salatteller mit Thunfisch, Zwiebelringen und Hausdressing KJ539 EW7,1 KH6,2 Fett3,7 Gesamt: 1,6 BE (Fisch, 2, 3, 5, 9, A1, C, D, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Quarkkeulchen mit Vanillesoße KJ628 EW3,9 KH26,3 Fett3,2 Gesamt: 8,8 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Gebratene Hähnchenkeule mit Nudelsalat KJ883 EW8,6 KH12,0 Fett14,2 Gesamt: 4,9 BE (Geflügel, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Vollmich-Grießbrei mit Plauenkompott Gesamt: 4,2 BE (Vegetarisch, 3, A1, G) Kein Dessert
Freitag 17. Apr	<input type="checkbox"/> Frischer Reibekuchen mit leckerem Apfelmus KJ945 EW3,0 KH24,0 Fett12,7 Gesamt: 8,2 BE (Vegetarisch, A1, C) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Gebackener Fleischkäse mit Spinat und Kartoffelpüree KJ578 EW3,8 KH11,2 Fett8,7 Gesamt: 4,5 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweinegulasch mit Erbsen- und Maisgemüse, dazu Vollkorn-Spiralnudeln KJ533 EW8,2 KH14,3 Fett2,1 Gesamt: 6,2 BE (Schwein, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Rotbarschfilet gedünstet, natur, in milder Senfsoße mit Karotten und Kartoffeln KJ273 EW2,7 KH9,7 Fett1,5 Gesamt: 4,6 BE (Fisch, 5, 9, A1, D, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Champignons "a la Creme" mit grünen Nudeln KJ399 EW2,8 KH15,3 Fett2,3 Gesamt: 5,9 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Stielmuseintopf mit Fleischwürfel vom Schwein KJ274 EW3,9 KH8,5 Fett1,2 Gesamt: 3,9 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Schweizer Wurstsalat mit Käsestreifen, Brot, Butter und Salatgarnitur KJ887 EW5,2 KH8,5 Fett17,4 Gesamt: 2,9 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Feiner Milchreis mit Zimtucker und Apfelpommes KJ366 EW1,5 KH17,8 Fett1,0 Gesamt: 7,5 BE (Vegetarisch, 9, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Brathering mit Zwiebeln, Speckkartoffelsalat und Garnitur KJ653 EW8,6 KH12,2 Fett8,0 Gesamt: 4,0 BE (Schwein, Fisch, 2, 3, 4, A1, D) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Nudeln Lauch-Schinken-Rahmsoße (vom Schwein) Gesamt: 4,8 BE (Schwein, 2, A, G, I, O) Kein Dessert
Samstag 18. Apr	<input type="checkbox"/> Gebratene Hähnchenbrust in brauner Soße mit Gemüse (Risi Bisi) KJ323 EW6,9 KH17,1 Fett1,2 Gesamt: 6,1 BE (Geflügel, 5, 9, A1, F, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Pikanter Linseneintopf mit Wiener Würstchen KJ446 EW3,8 KH9,8 Fett5,5 Gesamt: 4,8 BE (Schwein, 2, 4, 5, 9, A1, G, I, J) Dessert	<input type="checkbox"/> Vegetarische Pastinakentaler auf Karottensoße mit Erbsenpüree KJ435 EW2,5 KH13,0 Fett4,5 Gesamt: 4,3 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, A4, C, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Gefüllte Roulade "Hausfrauen Art", in Soße mit Fingermöhren und Salzkartoffeln KJ686 EW5,1 KH8,9 Fett1,4 Gesamt: 4,7 BE (Schwein, Rind, 3, A1, J) Dessert	<b>Tiefkühlmenü Samstag</b> Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert <u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u>		<input type="checkbox"/> Bergische Waffel mit heißen Kirschen KJ1138 EW2,6 KH29,6 Fett6,8 Gesamt: 6,5 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, C, F, G) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Feiner Fleischsalat "Rheinische Art" mit Garnitur und Brot KJ1133 EW4,0 KH8,3 Fett24,5 Gesamt: 2,8 BE (Schwein, 2, 3, 4, 5, 9, A1, A2, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchenfilets in Sahnsoße mit Gemüse und Reis Gesamt: 3,6 BE (Geflügel, A1, G, I) Kein Dessert	
Sonntag 19. Apr	<input type="checkbox"/> Schweinerückenbraten in Bratensoße mit zartem Blumenkohl und Salzkartoffeln KJ278 EW5,8 KH8,3 Fett0,9 Gesamt: 3,5 BE (Schwein, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Rindergulasch in Paprikasoße, mit Kartoffeln KJ423 EW7,9 KH12,5 Fett1,9 Gesamt: 4,9 BE (Rind, 5, A1, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Käsemakkaroni mit Tomaten- Basilikumsoße KJ512 EW4,9 KH18,2 Fett3,0 Gesamt: 7,6 BE (Vegetarisch, 5, 9, A1, G, I) Dessert	<input type="checkbox"/> Hähnchensteaks mit Barbecuesoße, Reis und Krautsalat KJ460 EW5,1 KH18,2 Fett5,1 Gesamt: 7,8 BE (Geflügel, 2, 3, 5, A1, C, J) Dessert	<b>Tiefkühlmenü Sonntag</b> Variierende Auswahl, wird freitags ausgeliefert und lässt sich im Ofen oder der Mikrowelle erhitzen Kein Dessert <u>Für die Lieferung am Wochenende und an Feiertagen zahlen Sie pro Menü lediglich 0,50 € extra!</u>		<input type="checkbox"/> Eierpfannkuchen mit gebratenem Apfel und Vanillesoße KJ522 EW3,7 KH19,9 Fett3,1 Gesamt: 5,9 BE (Vegetarisch, 2, 5, 9, A1, C, G, H1, H7) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Kasseler Braten mit Nudelsalat, Remouladensoße und Salatgarnitur KJ850 EW7,3 KH14,1 Fett12,9 Gesamt: 4,4 BE (Schwein, 2, 3, 5, 9, A1, C, G, J) Kein Dessert	<input type="checkbox"/> Rahmgulasch vom Rind, mit Champignons, Klößen und "Leipziger Allerlei" Gesamt: 3,7 BE (Rind, C, 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 / Eiererzeugnisse (D): Fisch / Fischerzeugnisse (E): Erdnüsse / Erdnüssererzeugnisse (F): Soja / Sojaerzeugnisse (G): Milch / Milcherzeugnisse einschl. Lactose (H): Schalenfrüchte [H1=Mandel, H2=Haselnuss, H3=Walnut, H4=Cashew, H5=Pecannuss, H6=Paranuss, H7=Pistazie, H8=Macadamanuss und H9=Queenslandnuss] (I): Sellerie / Sellerieerzeugnisse (J): Senf / Senferzeugnisse (K): Sesam / Sesamerzeugnisse (L): Lupinen / Lupinererzeugnisse (M): Weichtiere / Weichtiererzeugnisse (N): 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.