

Speiseplan

KW 11

M1

5,90 €

Gut bürgerlich
Herzhafte Tagesmenüs
Inklusive Dessert

M2

5,90 €

Diabetiker*
Brennwertkontrollierte
Menüs Inklusive Dessert

M3

5,90 €

Leckere Vielfalt
Schmackhafte Gerichte
Inklusive Dessert

M4

6,90 €

Premium
Unsere Spezialitäten
Inklusive Dessert

M5

5,90 €

Vegetarisch
Fleischlos & Lecker
Inklusive Dessert

M6

5,90 €

Eintopf & Co
Hausmannskost & Pasta
Inklusive Dessert



Arbeiterwohlfahrt
Ortsverein
Langenfeld

**Aktionswoche/
Besonderheiten**

Tag	M1	M2	M3	M4	M5	M6	Aktionswoche/ Besonderheiten
Montag 1 2 . 0 3 . 2 0 1 8	Gebratener Leberkäse mit Sauerkraut und Kartoffelpüree S 2,3,4,0 KJ464EW3,1 .A,0,1,J KH6,0F6,0B E0,7 3,9 BE	Rinderbraten in Bratenjus mit zartem Bohnengemüse und Salzkartoffeln R .A,1,J KJ101EW1,6 KH7,4F0,0D E0,6 3,7 BE	Hähnchenschnitzel mit Paprikagemüse und Butterreis G 5,0,0,A,1 KJ400EW4,7KH 17,0F2,4D E1,5 7,7 BE	Schweizer Sahnegeschnetzeltes mit kleine Möhren und Spätzle S 2,5,0,A KJ390EW6,3KH1 .C,0,J 2,0F1,0D E1,1 5,8 BE	Spaghetti "Funghi" Italiensche Nudeln in Pilzsauce und Olivenöl V 5,0,A,1 KJ410CW3,8 .G,1 KH16,0F1,0D E1,3 6,7 BE	Möhrengemüse Hausfrauenart mit Fleisch- Frikadelle LVK S 5,0,A,1 KJ320EW3,0 .C,0,1,J KH6,0F3,2D E0,7 4 BE	
Dienstag 1 3 . 0 3 . 2 0 1 8	Delikate Putenpfanne mit Gemüse und Butterreis G 0,A,1,F, KJ384EW4,4 .G,1 KH10F0,7D E1,3 6,7 BE	Große Bratwurst in Bratenjus mit Apfelrotkohl und Kartoffeln R / S 3,0, KJ461EW4,4KH .A,1,J 10,8F6,2D E0,0 4,8 BE	Schweinegulasch in pikanter Champignon- Rahm-Sauce dazu Spirellis S 0,A,1,0, KJ452EW6,7 .J KH17,0F1,1D E1,5 7,5 BE	Zartes Hähnchenbrustfilet "Florentiner Art" auf Käsesauce mit Blattspinat und Nudeln LVK G 3,0,A,1, KJ364EW9,7 .G,1 KH11,5F2,1D E1 5 BE	Mini-Frühlingsrollen mit Chinesischem Gemüse und feinem Wildreis V 3,0,A,1, KJ450EW3,4 .C,F,0,1 KH10,7F1,0D E1,0 7,1 BE	Gärtnerin Eintopf mit viel Gemüse und Rindfleischeinlage R 5,A,1,1, KJ227EW3,0 KH9,1F1,6B E0,6 2,8 BE	
Mittwoch 1 4 . 0 3 . 2 0 1 8	Currywurstpfanne mit frischen Zwiebeln und Reis R / S 3,0, KJ510EW3,3 .A,1,J KH10F9,3B E1,3 6,7 BE	Geflügel Hackbraten in würziger Sauce mit Mischgemüse und Kartoffeln LVK G 3,0,A,1, KJ330EW4,6 .C,0,1,J KH6,7F2,0B E0,7 3,8 BE	Vollkorn-Spaghetti "Tonno" Nudeln in leckerer Thunfischsauce dazu Möhrensalat F 3,A,1,0, KJ400EW3,8 .I KH17,5F1,2B E1,5 8,2 BE	Rindersauerbraten in deikater Sauce dazu Rotkohl und Kartoffelknödel R 0,3,0, KJ450EW11,4 .A,1,0,1,J KH12,4F1,5D E1 5,1 BE	Rührei mit Rahmspinat und Kartoffeln LVK V 0,A,1,0, KJ468EW4,0 .G,1 KH7,0F0,0D E0,6 3,1 BE	Chilli con Carne mit roten Bohnen und körnigem Reis R .A,1,1, KJ379EW3,0 KH10,4F1,2B E1,4 7 BE	
Donnerstag 1 5 . 0 3 . 2 0 1 8	Fischfrikadelle mit Ratatouille und Kartoffelpüree F 2,3,0,A, KJ410EW5,3 .1,0,0,1,J KH12,1F2,7D E1 5,1 BE	Belgischer Gemüseintopf mit Geflügelbraten G 2,3,4, KJ202EW3,7 .A,1,1 KH0,5F2,1D E0,0 2,5 BE	Chicken-Nuggets mit Ketchupsauce, Reis und Krautsalat G 2,3,5,0, KJ410EW4,6 .A,1,1 KH17,7F1,3D E1,5 8,3 BE	Spießbraten in Paprika- Rahm-Sauce mit Bohngemüse und Salzkartoffeln S 5,0,A,1, KJ354EW5,0 .G,1 KH7,0F3,4D E0,0 3,2 BE	Gedünstetes Gemüse mit Sauce "Holländische Art" dazu Petersilienkartoffeln LVK V 5,0,A,1, KJ239EW2,1 .C,1 KH7,7F1,0D E0,7 3,4 BE	Bulgurpfanne mit Hirtenkäsewürfel und mediterranem Gemüse V 0,A,1,0, KJ403EW3,0 .I KH10F0,7D E1 8,3 BE	
Freitag 1 6 . 0 3 . 2 0 1 8	Reibekuchen mit leckerm Apfelmus KJ400EW1,0KH V 2,A,1 21,0F2,5D E1,0 7,7 BE	Feine Rinderfrikadelle in Sauce mit Kräutern der Provence dazu Karottenscheiben und Püree LVK R 5,0,A,1, KJ328EW5,2 .C,0,1,J KH0,4F2,0B E0,7 3,8 BE	Kohlroulade in deftiger Zwiebel-Speck-Sauce mit Kartoffeln S 2,3,4,0, KJ473EW3,4 .1,1 KH0,5F7,2D E0,0 5 BE	Matjesfilet in Kräutermarinade, dazu Speckböhnchen und Butterkartoffeln F / S 2,0, KJ460EW4,0 4,5,0,A,1,0 KH0,8F0,2D E0,7 4,6 BE	Vegetarische Tortellini mit fruchtiger Tomatensauce LVK V 0,A,1,0, KJ271EW3,1 .G,1 KH10,2F1,3D E0,0 4,1 BE	Eintopf von frischen Kohlrabi mit gebratenen Fleischklößchen S 5,0,A,1, KJ220EW3,6 .C,0,1,J KH6,2F1,7D E0,6 2,9 BE	
Samstag 1 7 . 0 3 . 2 0 1 8	Herzhaftes Saftgulasch vom Schwein mit Nudeln und Mischsalat KJ444EW6,7KH S 2,A,1,J 14,0F2,0B E1,2 7 BE	Holsteiner Kartoffelsuppe mit Wursteinlage S 2,3,0,A, KJ356EW2,0 .1,0,1,J KH0,4F4,3D E0,7 4,1 BE	Schupfnudeln in leckerer Rahmsauce mit Champignons, Waldpilzen und frischen Kräutern V 5,0,A,1, KJ400EW3,0 .C,0,1 KH21,0F1,0B E1,5 9,4 BE	Gedünstetes Fischfilet auf Blattspinat mit Kräutersenfauce und Kartoffeln LVK F 5,0,A,1, KJ278EW5,3 .D,0,1,J KH7,1F1,0D E0,0 3,2 BE	AWO, Ortsverein Langenfeld Solinger Str. 103, 40764 Langenfeld Tel.: 02173-24306 (Mo.-Fr. 9:15-11:15 Uhr) Fax: 02173-929886 Mail: fahrbarermittagstisch@awo-langenfeld.de		
Sonntag 1 8 . 0 3 . 2 0 1 8	Thüringer Bratwurst in Sauce mit Wirsinggemüse und Kartoffeln R / S 3,0, KJ487EW3,0 .A,1,0,1,J KH7,5F0B E0,0 3,4 BE	Zarte Hähnchenbrust in feiner Sauce dazu Fingermöhren und Salzkartoffeln LVK G 3,0,0, KJ256EW4,4 .A,1,0,1 KH8,5F1D E0,7 3,5 BE	Bandnudeln in leckerer Spinat-Käse-Sauce LVK V 5,0,A,1, KJ610EW0,0KH .G,1 21,2F3,0B E1,0 8,9 BE	Gourmet 6,90€ Kaninchenrollbraten in Estragonrahmsauce mit Rotkohl und Spätzle W 0,A,1,0, KJ440EW6,0 .G,1 KH13,0F2,9B E1,1 5,8 BE	O EW (Einweg) O MW (Mehrweg) Rückgabe bis: _____ Kunde: _____		

*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

Weitere Bestellwoche auf der Rückseite!

1 Geschmacksverstärker 2 Antioxidationsmittel 3 Süßstoff 4 Konservierungsstoff 5 Farbstoff 6 Geschwärzt 7 Alkohol 8 Formfleisch 9 mit Milchprodukt zubereitet [A] Glutenhaltiges Getreide A Weizen A1 Roggen A2 Gerste A3 Hafer A4 Dinkel A5 Kamut A6 Hybridstämme B Krebstiere/Krebstiererzeugnisse C Eier/Eielerzeugnisse D Fisch/Fischerzeugnisse E Erdnüsse/Erdnussarzeugnisse F Soja/Sojaerzeugnisse G Milch/Milcherzeugnisse einschließlich Lactose [H] Schalenfrüchte H Mandel H1 Haselnuss H2 Walnuss H3 Cashew H4 Pecannuss H5 Paranuss H6 Pistazie H7 Macadamianuss H8 Queenlandnuss I Sellerie/Sellerieerzeugnisse J Senf/Senferzeugnisse K Sesam/Sesamerzeugnisse L Schwefeloxid und Sulfite M Lupinen/Lupinenerzeugnisse N Weichtiere/Weichtiererzeugnisse | Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet, Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet | BE-Wert ergibt sich aus dem Gesamtgewicht einer Erwachsenen Portion | Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet | Änderungen vorbehalten R = Rind S = Schwein F = Fisch G = Geflügel W = Wild L = Lamm V = Vegetarisch