

Speiseplan

KW 12

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**

	M1	M2	M3	M4	M5	M6	Aktionswoche/ Besonderheiten	
Montag 1 9 . 0 3 . 2 0 1 8	"Falscher Hase" Hackbraten in Sauce dazu Rosenkohl Gemüse und Salzkartoffeln R/S, A1, KJ309EW6,4KH C, J, J 10,9F2,80C0,9 4,1 BE	Magerer Schweinbraten mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln KJ310EW5,1 S, A,1, J KH7,0F2,80C0,7 3,6 BE	Vollkorn-Spaghetti "Carbonara" Schinkenstreifen in leckerer Käse-Sahne-Sauce dazu Zucchini Salat S, 2, 3, 4, 5 KJ803EW4 J, A,1, G, I KH12F6,10C1,4 8,6 BE	Lammragout mit feinen Bohnen und Kartoffeln LVK L, 0, A,1, G, KJ420EW5,8 J KH8,0F1,30C1,4 3,4 BE	Asiatisches Wockgemüse mit feinem Basmatireis V, 2, 5, A,1, KJ330EW2,2KH F, J 16,3F0,80C1,4 7 BE	Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleisch einlage R, A,1, J KJ224EW5,8 KH6,8F1,70C0,6 2,7 BE		
Dienstag 2 0 . 0 3 . 2 0 1 8	Putenbraten in Bratensauce mit Brechbohnen und Kartoffeln G, 5, A,1, G, KJ200EW4,8 J KH7,0F2,10C0,8 3,7 BE	Königsberger Klopse in Kapernsauce mit Reis und Rote Beete Salat S, 3, 5, 0, A, KJ308EW2,4 1, C, G, I, J KH14,0F1,60C1,2 7,5 BE	Nudelaufwurf mit Brokkoli und Hackfleisch LVK S, 2, 3, 4, 5 KJ605EW7,6KH J, A,1, G, I 16,2F5,00C1,3 6,4 BE	Schweinerückensteak in Rahmsauce dazu Kaisergemüse und LVK Kartoffeln S, 5, A,1, G, KJ390EW8,7KH J 8,1F3,10C0,7 3,7 BE	Eieromelette mit feinem Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree V, 0, A,1, G, KJ301EW4,0 G, I KH7,0F4,00C0,7 3,3 BE	Frische Wirsing- Rinderhack-Pfanne dazu Salzkartoffeln R, 5, 0, A,1, KJ232EW4,1 C, I KH5,8F1,00C0,5 2,6 BE		
Mittwoch 2 1 . 0 3 . 2 0 1 8	geb. Schweineleber in Zwiebelsauce dazu Mischgemüse Kartoffelpüree S, 5, 0, A,1, KJ331EW6 G, J KH7,0F3,10C0,8 3,9 BE	Geflügelschnitzel mit feiner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln G, 0, A,1, G, KJ352EW4,6KH J 10,2F2,70C0,9 4,7 BE	Cevapcici vom Rind mit Djuwetschreis und pikantem Krautsalat R, 2, 3, 5, KJ520EW4,3 A,1, J, J KH11,0F6,80C1 5,6 BE	gedünsteter Fisch auf Buttersauce mit Kräuterkartoffeln und LVK Krautsalat F, 5, 0, A,1, KJ297EW4,0 D, G, I KH8,0F1,40C0,7 3,7 BE	Klassischer Makkaroniaufwurf in fruchtiger Basilikum- Tomaten-Sauce mit Käse überbacken V, 5, 0, A,1, KJ300EW4,3 G, I KH11F3,80C0,8 4,6 BE	Deftiger Erbseneintopf mit Bockwurst S, 2, 3, 5, 0, KJ320EW3,2 A,1, G, I, J KH4,4F5,00C0,4 2,7 BE		
Donnerstag 2 2 . 0 3 . 2 0 1 8	Hackfleischbällchen schwedische Art in "brauner" Sauce mit Mischgemüse und Nudeln S, A,1, G, I, KJ504EW6,1KH J 10,3F4,50C1,2 5,9 BE	Seelachsfilet "Naturell" mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Petersilienkartoffeln LVK F, 5, 0, A,1, KJ306EW5,7 D, G, I, J KH0,1F1,00C0,7 3,4 BE	Berliner Currywurst mit Reis und Gurkensalat S, 2, 3, 4, 5, KJ402EW3,7 A, C, I, J KH14,0F5,80C1,1 7,2 BE	Zartes gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln R, 5, 0, A,1, KJ335EW7,3 G, I KH8,0F1,60C0,7 3,9 BE	Farfalle in leckerer Käse- Spinat-Sauce LVK V, 5, 0, A,1, KJ302EW4,0KH G, I 10,3F2,70C1,5 8,1 BE	Bunter Sommereintopf mit Schweinefleischwürfel S, 3, A,1, J KJ230EW5,3 KH6,1F1,00C0,5 3,0 BE		
Freitag 2 3 . 0 3 . 2 0 1 8	Szegediner Gulasch mit Schwenkkartoffeln KJ334EW4,8 S, J KH0,3F2,60C0,8 4 BE	Leberknödel in Majoransauce mit Sauerkraut und Kartoffeln S, 5, A,1, G, KJ361EW6,3 I, J KH0,7F3,80C0,8 4,3 BE	Hähnchencurry mit Früchten und Reis dazu Mischsalat G, 2, 5, 0, KJ400EW4,0 A,1, G, I KH14,0F1,00C1,2 6,7 BE	Gebackenes Schollenfilet mit Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree F, 5, 0, A,1, KJ200EW2,3 D, G KH7,2F3,10C0,6 2,9 BE	Kartoffeltaschen gefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten- Zucchini Gemüse und LVK Püree V, 3, 4, 5, 0, KJ317EW2,5KH A,1, G, I 10,5F2,80C0,8 10,6 BE	Eier in Senfsauce mit Petersilienkartoffeln dazu Rote Beete V, 3, 0, A,1, KJ337EW5,8 C, G, I, J KH0,6F3,00C0,9 4,6 BE		
Samstag 2 4 . 0 3 . 2 0 1 8	Eintopf mit grünen Bohnen mit zartem Schweinefleisch KJ201EW5,7 S, 5, A,1, I KH6,4F2,90C0,9 2,9 BE	Pikantes Geflügelgulasch mit Blumenkohlgemüse und LVK Salzkartoffeln G, 0, A,1, F, KJ300EW4 O KH0,4F1,80C0,8 4,3 BE	Italienischer Gemüse Eintopf KJ200EW1 V, 5, A,1, I KH4,0F1,30C0,4 2,3 BE	Rindergeschnetzeltes "Jäger Art" mit Bohngemüse und Salzkartoffeln KJ245EW6,5 R, A,1 KH6,7F10C0,8 2,9 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 2 5 . 0 3 . 2 0 1 8	Hähnchenragout mit Champignons, Spargel dazu Gemüseris G, 0, A,1, G, KJ340EW5,3 J KH13,1F1,10C1,1 5,5 BE	Zarter Schweinebraten in milder Kümmel-Senf- Sauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln LVK KJ390EW5,6 S, A,1, J KH7,0F3,80C0,7 3,3 BE	Linsen-Bolognese mit Nudeln KJ200EW2,4KH1 V, A,1, I 4,1F0,40C1,2 7,5 BE	Gourmet 6,90€ Entenbrust in Orangensauce dazu Rosenkohl und Klöße G, 2, 0, A,1, KJ600EW6,4 O KH0,5F0,80C0,8 4,3 BE	○ EW (Einweg) ○ MW (Mehrweg)			

*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

1. Geschmacksverstärker 2. Antioxidationsmittel 3. Süßstoff 4. Konservierungsstoff 5. Farbstoff 6. Geschwärtzt 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. Knebelreife/ Knebelreifezeugnisse C. Eier/Eierzeugnisse D. Fisch/Fischerzeugnisse E. Erdnuss/Erdnusszeugnisse F. Soja/Sojazeugnisse G. Milch/Milchzeugnisse einschl. Lactose [H] Schalenfrüchte H. Mandel H1. Haselnuss H2. Walnuss H3. Cashew H4. Pecannuss H5. Paranuss H6. Pistazie H7. Macadamianuss H8. Queenslandnuss I. Sellerie/Selleriezeugnisse J. Senf/Senfzeugnisse K. Sesam/Sesamzeugnisse L. Schwefeldioxid und Sulfite M. Lupinen/Lupinenzeugnisse N. Weichtiere/Weichtierezeugnisse | 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