

Speiseplan

KW 20



7,50 €

Gut bürgerlich
Herzhafte Tagesmenüs
Inklusive Dessert



7,50 €

Diabetiker*
Brennwertkontrollierte
Menüs Inklusive Dessert



7,50 €

Leckere Vielfalt
Schmackhafte Gerichte
Inklusive Dessert



8,80 €

Premium
Unsere Spezialitäten
Inklusive Dessert



7,50 €

Vegetarisch
Fleischlos & Lecker
Inklusive Dessert



7,50 €

Eintopf & Co
Hausmannskost & Pasta
Inklusive Dessert

Montag
13. Mai 24

Hähnchenfilet
in feiner Sahnesauce,
dazu Nudeln
und Brokkoli

LVK

G A1,F,G 441H 0,5 g F 1,4 ZU 2,0 SA
1,5 R 1,5 F 18,8 KH 9,4 EW **6,3 BE**

Kräuterbratwurst
in leckerer Sauce mit
Möhren-Mais-Gemüse und
Salzkartoffeln

4,7 BE

G A1,F,I,3 499H 0,2 g F 3,4 ZU 1,9 SA
0,7 F 16,8 KH 5,4 EW **6,8 BE**

Schweineroulade
„Hausfrauen Art“
mit Gurkensauce, Rotkohl
und Salzkartoffeln

5,6 BE

V A1,C,U 394H 0,7 g F 2,3 ZU 1,1 SA
1,6 F 15,8 KH 3,5 EW **6,9 BE**

Leckere Kartoffelsuppe
„Schlesische Art“
mit Krakauerwurst



S A1,G 409H 2,0 g F 1,1 ZU 0,8 SA
2,4 F 10,1 KH 3,8 EW **5,1 BE**

Dienstag
14. Mai 24

Wiegebraten
(Hackbraten)
in delikater Sauce
mit Rosenkohl und
Kartoffelpüree

3,7 BE

S A1,C 349H 1,3 g F 1,5 ZU 0,8 SA
6,1 J,5,9 3,2 F 8,2 KH 5,1 EW

Hähnchenkeule
in Geflügelsauce mit
Kohlrabigemüse dazu
Salzkartoffeln

LVK

G A1,G,I,5 480H 1,6 g F 0,6 ZU 1,4 SA
6,0 F 9,9 KH 6,3 EW **4,7 BE**

Zartes Geflügelfilet
„Alfredo“
in Käsecremesauce dazu
Gemüsespaghetti

LVK

G A1,G 413H 1,2 g F 1,4 ZU 1,1 SA
5,3 2,4 F 11,0 KH 8,1 EW **4,2 BE**

Rigatoni
mit Schinkenstreifen in
Bärlauchsauce
dazu Gurkensalat
mit Haus-Dressing



S A1,C,G,I 477H 1,4 g F 2,4 ZU 1,6 SA
2,3 F 16,9 KH 4,8 EW **7,1 BE**

Mittwoch
15. Mai 24

Heiße
Fleischwurst
mit Sauerkraut
und Püree

3,9 BE

S A1,C,2 483H 0,7 g F 1,7 ZU 1,3 SA
4,5 7,0 F 8,7 KH 3,5 EW

Geflügelrikadelle
in feiner Sauce mit zartem
Kaisergemüse und Reis

5,9 BE

G A1,C,F 412H 0,3 g F 1,2 ZU 1,3 SA
6,0 F 13,7 KH 4,8 EW

Herzhafter Spießbraten
auf Zwiebelgemüse dazu
Paprikakartoffeln und
Gurken-Radieschen-Salat

4,7 BE

S C,I,1 541H 2,5 g F 1,3 ZU 0,7 SA
2,3 2,5 F 10,8 KH 4,0 EW

Möhreneintopf
mit zartem Rindfleisch



LVK

V A1,3 409H 0,1 g F 2,8 ZU 1,2 SA
0,4 F 17,4 KH 2,2 EW **7,0 BE**

Donnerstag
16. Mai 24

Hackfleischbällchen
„Schwedische Art“
in brauner Sauce mit
Mischgemüse und Nudeln

6,3 BE

S A1,C,U 400H 0,9 g F 1,0 ZU 2,1 SA
6,1 2,5 F 14,7 KH 6,4 EW

Gebackener Seelachs
mit fruchtiger
Tomatensauce und
Frühlingspüree

5,3 BE

F A1,0 391H 0,8 g F 2,0 ZU 0,8 SA
6,1 2,3 F 13,0 KH 5,1 EW

Original Hähnchen-
Döner-Teller
mit Reis, Sauce
und Krautsalat

6,3 BE

G A1,C 567H 2,1 g F 3,6 ZU 1,5 SA
3,2 5,9 F 15,7 KH 4,7 EW

Porree-Schlemmertopf
Rinderhack mit
Porreewürfel in Käse-
Bechamelsauce dazu
Nudeln



R A1,6 479H 0,8 g F 2,5 ZU 0,5 SA
1,2 F 8,2 KH 3,6 EW **6,2 BE**

Freitag
17. Mai 24

Gemischte Vollkornspirelli
(Spiralnudeln)
„Bolognese“
vom Rind und Geflügel
dazu Gurkensalat

6,4 BE

R A1,C,F 437H 1,1 g F 1,7 ZU 1,1 SA
G L,2,3,3 3,1 F 14,4 KH 4,5 EW

Schweinerückenbraten
in brauner Sauce
mit Leipziger Allerlei
und Kartoffeln

4,3 BE

S A1,1 309H 0,1 g F 1,5 ZU 1,6 SA
1,0 F 9,7 KH 5,8 EW

Buntes Hühnerfrikassee
mit jungen Erbsen,
Möhren, Spargel und
Champignons dazu Reis

5,9 BE

G A1,6 401H 0,3 g F 1,1 ZU 1,3 SA
1,2 1,1 F 15,7 KH 5,5 EW

Leckeres
Paprikagemüse
mit Risotto (Reis)



V A1,6 365H 1,3 g F 2,1 ZU 2,0 SA
H1,9 2,6 F 11,4 KH 2,2 EW **4,8 BE**

Samstag
18. Mai 24

Pikantes Gulasch
vom Schwein mit
Mischgemüse und
Kartoffeln

3,9 BE

S A1,0,19 337H 0,2 g F 1,3 ZU 1,7 SA
1,7 8,9 KH 6,5 EW

Kräfftiger
Hühnersupeneintopf
mit buntem Gemüse

LVK

G A1,1 309H 0,4 g F 0,9 ZU 0,6 SA
1,7 F 10,5 KH 3,5 EW **4,9 BE**

Zarter
Schweinerückenbraten
in Rahmsauce mit
Bohngemüse und
Salzkartoffeln

3,5 BE

S A1,0,13 274H 0,1 g F 1,1 ZU 1,9 SA
1,0 F 7,9 KH 5,8 EW

Frischer Sommereintopf
mit Geflügelwurstinlage



G A1,2,4 349H 0,4 g F 0,8 ZU 0,5 SA
3,5 F 10,8 KH 2,5 EW **4,9 BE**

Sonntag
19. Mai 24

Lammbraten „Provence“
mit Kräutersauce
dazu Bratkartoffeln
und Speckbohnen

3,7 BE

S A1,G 594H 0,4 g F 0,8 ZU 0,6 SA
L 2,4,5,9 8,2 F 8,0 KH 8,8 EW

Rinderhacksteak
mit Pariser Karotten
und Kartoffeln

LVK

R A1,C,1,5 458H 1,4 g F 2,0 ZU 1,6 SA
3,3 F 11,4 KH 8,1 EW **5,4 BE**

Tortellini
„Vegetarische Art“
in fruchtiger
Tomatensauce

4,9 BE

V A1,C 331H 0,2 g F 2,6 ZU 1,1 SA
G 1,9 0,8 F 12,5 KH 2,2 EW

Lachsfilet
an Berner Sauce
mit Kartoffeln
dazu Blattspinat



F A1,0 299H 0,7 g F 1,2 ZU 1,4 SA
6,1 5,9 F 8,8 KH 4,7 EW **3,9 BE**

*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

Preis bei Substanz in Menge
M1, M2, M3, M5, M6: 6,50€
M4 Premium: 7,80€

1 = Geschmacksverstärker 2 = Antioxidationsmittel 3 = Konservierungsmittel 5 = Farbstoff 6 = geschwärzt 7 = Alkohol 8 = Formfleisch 9 = mit Milchprodukt zubereitet [A] = Glutenhaltiges Getreide A1 = Weizen A2 = Roggen A3 = Gerste A4 = Hafer A5 = Dinkel A6 = Kamut A7 = Hybridstämme B = Krebstiere/Krebstierzeugnisse C = Eier/Eierzeugnisse D = Fisch/Fischerzeugnisse E = Erdnüsse/Erdnusserzeugnisse 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 H9 = Queenslandnuss I = Sellerie/Sellerieerzeugnisse J = Senf/Senferzeugnisse K = Sesam/Sesamerzeugnisse L = Schwefeldioxid und Sulfite M = Lupinen/Lupinererzeugnisse N = Weichtiere/Weichtiererzeugnisse Alle Menüs mit glutenhaltigem Getreide werden ausschließlich mit Weizen zubereitet; Ausnahmen werden gesondert gekennzeichnet. Der 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

AWO, Ortsverein Wülfrath
Tel: 02058-775509 Mo - Fr 9:15 - 11:00
Mail: info@awo-wuelfrath.de

O Mehrweg O Einweg

Rückgabe bis: _____

Anschrift: _____