

Speiseplan

KW 21

M1

7,50 €

Gut bürgerlich
Herzhafte Tagesmenüs
Inklusive Dessert

M2

7,50 €

Diabetiker*
Brennwertkontrollierte
Menüs Inklusive Dessert

M3

7,50 €

Leckere Vielfalt
Schmackhafte Gerichte
Inklusive Dessert

M4

8,80 €

Premium
Unsere Spezialitäten
Inklusive Dessert

M5

7,50 €

Vegetarisch
Fleischlos & Lecker
Inklusive Dessert

M6

7,50 €

Eintopf & Co
Hausmannskost & Pasta
Inklusive Dessert

Montag
20. Mai 24

Hamburger Rinderfrikadelle
in Pfefferrahmsauce mit
Rotkohl und Kartoffeln

R A1,C1 389Kj 1,0 g F 1,7 ZU 1,7 SA 4,1 BE
61,69 2,8 F 19,2 KH 5,9 EW

Nürnberger Rostbratwürstchen
auf Sauerkraut
und Kartoffelpüree

S A1,G1 499Kj 2,8 g F 1,7 ZU 1,8 SA 3,9 BE
24,53 0,6 F 6,8 KH 5,9 EW

**Gebratenes LVK
Hähncheninnenfilet**
in feiner Sauce
mit Nudeln und
Romanescogemüse

G A1,G1 392Kj 0,2 g F 1,1 ZU 1,5 SA 6,2 BE
61,69 0,7 F 13,8 KH 7,3 EW

Wildgulasch
mit Schupfnudeln
und Rosenkohl

W A1,G1 484Kj 0,8 g F 1,8 ZU 0,9 SA 6,4 BE
12,53 3,3 F 15,4 KH 6,9 EW

Schweizer Kartoffelrösti
mit zartem Blattspinat und
Gorgonzolakäsesauce

V A1,G1 395Kj 2,4 g F 1,1 ZU 0,5 SA 4,2 BE
12,53 4,8 F 10,4 KH 2,7 EW

Rosenkohleintopf
mit Kartoffeln
und Kasserlerwürfel

S A1,G1 243Kj 0,9 g F 1,2 ZU 1,6 SA 3,5 BE
1,9 F 1,7 KH 4,4 EW



Dienstag
21. Mai 24

Linseneintopf
mit Geflügelbratwurst

G A1,G1 455Kj 2,0 g F 0,7 ZU 0,8 SA 4,6 BE
2,45 6,5 F 9,8 KH 3,6 EW

Bunte Gemüseplatte
mit holländischer Sauce
und Kräuterkartoffeln

V A1,G1 270Kj 0,9 g F 1,8 ZU 1,8 SA 4,2 BE
1,6 F 9,4 KH 2,0 EW

LVK

Geflügelkräuterbällchen
in würziger Currysauce
mit Mischgemüse
und Reis

G A1,C1 438Kj 0,7 g F 1,6 ZU 1,2 SA 5,5 BE
61,69 3,3 F 13,0 KH 5,1 EW

Rheinischer Sauerbraten
mit Gabelspaghetti
und Apfelsmus

R A1 550Kj 0,1 g F 7,8 ZU 0,9 SA 8,7 BE
1,4 F 20,1 KH 8,4 EW

LVK

Gemüsebratwurst
in pikanter Sauce
mit Kohlrabigemüse
und Salzkartoffeln

V A1,C1 381Kj 0,4 g F 2,2 ZU 1,5 SA 5,4 BE
61,69 3,2 F 11,2 KH 3,9 EW

Südländische Nudelpanne
mit Tomaten, Paprika
und Auberginen

V A1 534Kj 0,1 g F 2,7 ZU 2,0 SA 10,9 BE
0,5 F 25,8 KH 4,2 EW



Mittwoch
22. Mai 24

Bunte Reispfanne
mit Hähnchenfleisch

G A1,F1 341Kj 0,2 g F 3,2 ZU 0,5 SA 5,3 BE
0,7 F 12,7 KH 5,8 EW

Frikadelle auf Wirsinggemüse
dazu Salzkartoffeln

S A1,C1 368Kj 1,0 g F 1,0 ZU 1,7 SA 4,2 BE
1,53 2,6 F 10,3 KH 5,4 EW

LVK

Paniertes Fischfilet
in feiner Korbelsauce
mit Zucchini- und
Reis

F A1,C1 398Kj 0,6 g F 2,4 ZU 0,9 SA 7,1 BE
1,59 1,5 F 15,7 KH 4,7 EW

Jägerschnitzel
mit Butterkartoffeln
und Möhrensalat

S A1,C1 426Kj 1,1 g F 1,8 ZU 1,4 SA 4,8 BE
3,13 3,6 F 10,2 KH 6,4 EW

LVK

Käsetortellini
mit feiner
Tomatenkräutersauce
und Möhrensalat

V A1,C1 299Kj 0,2 g F 3,5 ZU 1,2 SA 5,5 BE
0,9 F 11,9 KH 2,0 EW

Gekochte Eier
auf Rahmspinat und
Salzkartoffeln

V A1,C1 381Kj 1,3 g F 1,2 ZU 2,0 SA 4,1 BE
0,3 F 10,3 KH 4,2 EW



Donnerstag
23. Mai 24

Frische Reibekuchen
mit leckerem Apfelsmus

V A1,C1 578Kj 0,5 g F 7,3 ZU 0,7 SA 6,9 BE
6,1 F 18,1 KH 1,6 EW

**„Gutsherrentopf“
kräftiger Gemüsetopf**
mit Geflügelwürstchen

G A1 290Kj 0,2 g F 0,8 ZU 1,0 SA 4,2 BE
2,7 F 9,4 KH 2,4 EW

Hamburger Heringsstipp
in Sahne
mit Apfel-Gurken-Würfel
dazu Petersilienkartoffeln

F C,D,G1 477Kj 2,1 g F 2,9 ZU 2,6 SA 4,9 BE
2,35 5,7 F 11,1 KH 4,0 EW

Rindersaftgulasch
mit Apfelrotkohl und
Kartoffelknödeln

R A1,G1 349Kj 0,4 g F 2,2 ZU 1,6 SA 4,1 BE
2,35 1,6 F 9,8 KH 6,3 EW

LVK

Eieromelette
mit Kräutersauce, zartem
Brokkoligemüse und
Salzkartoffeln

V A1,C1 319Kj 0,4 g F 2,2 ZU 1,7 SA 3,9 BE
1,59 2,4 F 8,6 KH 4,1 EW

**Herzhafte
Gemüsebolognese**
mit Vollkornnudeln

V A1 408Kj 0,1 g F 3,0 ZU 1,7 SA 7,2 BE
0,6 F 18,8 KH 3,3 EW

FRISCH

Freitag
24. Mai 24

Geflügel-Currywurst
mit pikanter Curry-
Tomatensauce und Reis
dazu Rohkostsalat

G A1,C1 615Kj 2,6 g F 3,9 ZU 1,5 SA 7,2 BE
2,33 7,9 F 17,1 KH 2,9 EW

Fleischbällchen
in pikanter Sauce
mit Blumenkohlgemüse
und Kartoffelpüree

S A1,C1 409Kj 1,5 g F 1,9 ZU 0,9 SA 4,4 BE
1,33 3,9 F 8,8 KH 6,1 EW

LVK

Chinesische Nudelpanne
mit zartem
Hähnchenfleisch

G A1,F1 456Kj 0,1 g F 3,3 ZU 1,7 SA 7,1 BE
0,7 F 18,4 KH 6,7 EW

**Feines Seefisch-Filet
(Natur) LVK**
in fruchtiger Zitronensauce
mit Pariser Karotten
und Petersilienkartoffeln

F A1,D1 253Kj 0,3 g F 2,9 ZU 1,3 SA 4,1 BE
6,15 0,8 F 9,3 KH 4,1 EW

LVK

Farfalle (Nudeln)
in pikanter Pestosauce
dazu Rohkostsalat

V A1 440Kj 0,7 g F 3,2 ZU 1,9 SA 8,6 BE
2,23 1,8 F 16,6 KH 2,9 EW

**Schnibbelbohnen-
Eintopf**
mit gewürfeltem
Kasserler

S A1,G1 252Kj 0,3 g F 1,5 ZU 1,9 SA 3,7 BE
0,9 F 8,2 KH 4,5 EW



Samstag
25. Mai 24

Bunter Gemüseeintopf
der Saison
mit Geflügelwürstchen
LVK

G A1 290Kj 0,2 g F 0,8 ZU 1,0 SA 4,2 BE
2,45 2,7 F 9,2 KH 2,4 EW

Feine Bratwurst
in Sauce mit
zartem Erbsen-
und Möhregemüse
dazu Kartoffeln

S A1 452Kj 2,4 g F 1,6 ZU 1,8 SA 3,7 BE
6,3 F 8,5 KH 4,0 EW

Gemüseschnitzel
mit Kräutersauce
dazu Gemüseris

V A1,C1 460Kj 0,6 g F 2,2 ZU 1,2 SA 6,6 BE
61,69 2,9 F 17,6 KH 3,1 EW

Hähnchensteaks
in Estragonsauce
mit Romanescogemüse
Salzkartoffeln
LVK

G A1,G1 353Kj 0,1 g F 1,1 ZU 1,9 SA 2,6 BE
61,69 3,1 F 6,9 KH 6,3 EW

LVK

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



Sonntag
26. Mai 24

Geflügel Cordon Bleu
in feiner Sauce
dazu Bohnengemüse
und Kartoffeln

G A1,C1 379Kj 0,6 g F 1,2 ZU 2,0 SA 5,5 BE
61,69 2,3 F 12,1 KH 4,7 EW

**Elsässer
Schweinebraten**
mit herzhaftem
Steckrüben-
gemüse und Kartoffeln
LVK

S A1 452Kj 2,4 g F 1,6 ZU 1,8 SA 3,4 BE
1,3 F 8,1 KH 5,3 EW

Gemüse-Ragout
mit Möhren, Paprika
und Bohnen in Curry-
Kokos Sauce,
dazu Basmatireis

V U 430Kj 1,7 g F 2,7 ZU 1,2 SA 6,5 BE
3,4 F 15,5 KH 2,3 EW

Schweinefilet
in Champignonsauce mit
Rotkohl und Spätzle

S A1,C1 363Kj 0,6 g F 1,8 ZU 1,2 SA 4,9 BE
61,69 1,5 F 10,8 KH 6,9 EW

LVK

Rückgabe bis: _____
Kunde: _____



*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

Preis bei Substanzung im Treff
M1, M2, M3, M5, M6: 6,50€
M4 Premium: 7,80€

1 = Geschmacksverstärker 2 = Antioxidationsmittel 3 = Süßstoff 4 = Konservierungsstoff 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 = Queenslandruss 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