# Speiseplan

## KW 10

| | M1 | M2 | M3 | M4 | M5 | M6 | M8 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 8,10 € | 8,10 € | 8,10 € | 9,50 € | 8,10 € | 8,10 € | 8,10 € |
| | Gut bürgerlich<br>Inklusive Dessert | Leichte Küche**<br>Inklusive Dessert | Leckere Vielfalt<br>Inklusive Dessert | Premium<br>Inklusive Dessert | Vegetarisch<br>Inklusive Dessert | Eintopf & Co<br>Inklusive Dessert | Süß & Fruchtig |
| **Montag**<br>2. März 26 | **Gebackener Leberkäse**<br>auf Sauerkraut<br>mit Kartoffelpüree<br>A1,G,1,2,3 | **Rinderbraten**<br>in Bratenjus mit zartem<br>Bohnengemüse<br>und Salzkartoffeln<br>A1,I | **Hähnchenschnitzel**<br>mit Paprikagemüse<br>und Butterreis<br>A1,G,I,1 | **Schweizer Sahnegeschnetzeltes**<br>mit kleinen Möhren<br>und Spätzle<br>A1,C,G,I | **Spaghetti „Funghi“**<br>Italiensche Nudeln<br>in Pilzsauce<br>und Olivenöl<br>A1,G,I | **Möhrengemüse**<br>Hausfrauenart mit<br>Fleischer-Frikadelle<br>**LVK**<br>A1,C,I,J,1 | **Milchreis**<br>mit heißen Kirschen<br>**LVK**<br>G,1 |
| **Dienstag**<br>3. März 26 | **Delikate Putenpfanne**<br>mit Gemüse<br>und Reis<br>A1,F,G,I | **Grobe Bratwurst**<br>in Bratenjus<br>mit Apfelrotkohl<br>und Kartoffeln<br>A1,I,1 | **Schweinegulasch**<br>in pikanter<br>Champignon-Rahm-Sauce<br>dazu Spirellis<br>A1,G,I,1 | **Zartes Hähnchenbrustfilet „Florentiner Art“**<br>auf Käsesauce<br>mit Blattspinat<br>und Nudeln **LVK**<br>A1,F,G,I,1 | **Mini-Frühlingsrollen**<br>mit chinesischem Gemüse<br>und feinem Wildreis<br>A1,C,F,G,I | **Grünkohleintopf**<br>mit Kasselerwürfel<br>A1,I,J,1,3 | **Germknödel**<br>mit Vanillesauce<br>**LVK**<br>A1,C,G,1 |
| **Mittwoch**<br>4. März 26 | **Currywurstpfanne**<br>mit frischen Zwiebeln<br>und Paprikakartoffeln<br>A1,I,J,1 | **Geflügel-Hackbraten**<br>in würziger Sauce<br>mit Mischgemüse<br>und Farfalle Nudeln<br>A1,C,G,I,J | **Vollkorn-Spaghetti „Tonno“**<br>Nudeln in leckerer<br>Thunfischsauce<br>dazu Möhrensalat<br>A1,D,I,1 | **Rindersauerbraten**<br>in delikater Sauce<br>dazu Rotkohl<br>und Kartoffelknödel<br>A1,G,1,3 | **Rührei**<br>mit Rahmspinat<br>und Kartoffeln<br>**LVK**<br>A1,C,G,I,1 | **Chilli con Carne**<br>mit roten Bohnen<br>und körnigem Reis<br>A1,I | **Griesflammeri „Baden Baden“**<br>mit Fruchtsoße<br>**LVK**<br>A1,G,1 |
| **Donnerstag**<br>5. März 26 | **Fischfrikadelle**<br>mit Ratatouille und<br>Kartoffelpüree<br>A1,D,G,I,J,1 | **Belgischer Gemüseeintopf**<br>mit Geflügel Wiener<br>A1,I,2,3 | **Chicken-Nuggets**<br>mit Ketchupsauce,<br>Reis und Krautsalat<br>A1,C,I,J,1,3 | **Spießbraten**<br>in Paprika-Rahm-Sauce<br>mit Bohnengemüse<br>und Salzkartoffeln<br>A1,G,I,1 | **Gedünstetes Gemüse**<br>mit Sauce<br>„Holländische Art“<br>dazu Pasta Tricolore<br>**LVK**<br>A1,G,I | **Bulgurpfanne mit Hirtenkäsewürfel**<br>und mediterranem<br>Gemüse<br>A1,G,I | **Sahnegrießbrei**<br>mit Waldfrüchten<br>**LVK**<br>A1,G,1 |
| **Freitag**<br>6. März 26 | **Frische Reibekuchen**<br>mit leckerem Apfelmus<br>A1,C | **Feine Rinderfrikadelle**<br>in Sauce mit Kräutern<br>der Provence<br>dazu Karottenscheiben<br>und Langkornreis **LVK**<br>A1,C,I,1 | **Deftige Kohlroulade**<br>in Speck-Zwiebel-Sauce<br>mit Kartoffelpüree<br>A1,G,I,1,2,3 | **Matjesfilet in Kräutermarinade,**<br>dazu Speckböhnchen<br>und Salzkartoffeln<br>A1,D,G,I,1,2,3 | **Tortellini „Vegetarische Art“**<br>mit fruchtiger<br>Tomatensauce<br>**LVK**<br>A1,C,G,I | **Eintopf von frischem Kohlrabi**<br>mit gebratenen<br>Fleischklößchen<br>A1,C,G,I,J,1 | **Eierpfannkuchen gefüllt mit Heidelbeeren**<br>dazu Vanillesauce<br>A1,C,G,1 |
| **Samstag**<br>7. März 26 | **Herzhaftes Saftgulasch**<br>vom Schwein<br>mit Nudeln<br>und Mischsalat<br>A1,C,G,I,J,1,3 | **Holsteiner Kartoffelsuppe**<br>mit Wursteinlage<br>A1,G,I,J,3 | **Curry-Spinat-Pfanne**<br>mit Linsen,<br>dazu Sesamkartoffeln<br>A1,I,K | **Gedünstetes Seelachsfilet**<br>auf Blattspinat<br>mit Kräutersenfsauce<br>und Reis **LVK**<br>A1,D,G,I,J,1 | | | **Milchreis**<br>mit roter Grütze<br>**LVK**<br>G,1 |
| **Sonntag**<br>8. März 26 | **Thüringer Bratwurst**<br>in Sauce<br>mit Wirsinggemüse<br>und Kartoffeln<br>A1,G,I,1 | **Zarte Hähnchenbrust**<br>in feiner Sauce<br>dazu Fingermöhren<br>und Langkornreis<br>**LVK**<br>A1,F,G,I | **Fusilli Nudeln**<br>in leckerer<br>Spinat-Käse-Sauce<br>**LVK**<br>A1,G,I,1 | **Schweinesteak**<br>mit Grillgemüse<br>und Rosmarinkartoffeln<br>A1,I,1 | | | **Heißer Apfelstrudel**<br>mit Vanillesauce<br>A1,G,1,2,3 |


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

AWO Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Wülfrath


○ Mehrweg ○ Einweg

Rückgabe bis: _____

Anschrift: _____

_____

*auch als Passierte Kost erhältlich

**LVK** = Leichte Vollkost

***Preis bei Abholung im Treff***
***M1, M2, M3, M5, M6, M8: 7,10€***
***M4 Premium: 8,50€***

1= mit Farbstoff 2= mit Konservierungsstoff 3= mit Antioxidationsmittel 4= mit Geschmacksverstärker 5= geschwärzt; 6=gewachst 7= mit Phosphat 8= mit Süßungsmittel(n) 9= Aspartam- Phenylalaninquelle 10= geschwefelt 11= coffeinhaltig 12= chininhaltig [A]= Glutenhaltiges Getreide (A1= Weizen; A2= Roggen; A3= Gerste, A4= Hafer; A5= Dinkel; A6= Kamut oder A7= Hybridstämme davon) [B]= Krebstiere / Krebstiererzeugnisse [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 und H9= Queenslandnuss) [I]= Sellerie / Sellerieerzeugnisse [J]= Senf / Senferzeugnisse [K]= Sesam / Sesamerzeugnisse [L]= Schwefeldioxid und Sulfite [M]= Lupinen / Lupinenerzeugnisse [N]= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Änderungen vorbehalten. = Rind = Schwein = Fisch = Geflügel = Wild = Lamm = Vegetarisch