

Speiseplan

KW 17

M1

7,85 €
Gut bürgerlich
Herzhafte Tagesmenüs
Inklusive Dessert

M2

7,85 €
Diabetiker*
Brennwertkontrollierte
Menüs Inklusive Dessert

M3

7,85 €
Leckere Vielfalt
Schmackhafte Gerichte
Inklusive Dessert

M4

9,25 €
Premium
Unsere Spezialitäten
Inklusive Dessert

M5

7,85 €
Vegetarisch
Fleischlos & Lecker
Inklusive Dessert

M6

7,85 €
Eintopf & Co
Hausmannskost & Pasta
Inklusive Dessert



Montag
22. April 24

Königsberger Klopse
in Kapernsauce
dazu Butterkartoffeln
und Rote-Beete Salat

S A1,C,G 450kJ 1,3 g F 2,6 ZU 2,0 SA 5,8 BE
J,3,5,9 3,3 F 12,4 KH 6,6 EW

Frikadelle vom Rind
in dunkler Kräutersauce
mit Mischgemüse
und Kartoffelpüree

R A1,C 431kJ 1,4 g F 1,4 ZU 5,1 SA 5,3 BE
6,1,5,9 3,5 F 10,7 KH 6,4 EW

Penne mit Hähnchenbrust
in feiner Sahnesauce,
Brokkoli und Käse
überbacken **LVK**

G A1,F 716kJ 1,8 g F 2,2 ZU 0,4 SA 9,2 BE
6,1,5,9 3,5 F 20,2 KH 13,4 EW

Schnitzel
in leckerer Champignon-
Rahm-Sauce
mit Paprikakartoffeln
dazu Leipziger Allerlei

S A1,C 446kJ 1,1 g F 2,6 ZU 2,0 SA 5,5 BE
6,1,5,9 3,6 F 11,6 KH 6,7 EW

**Italienische
Gemüsepesta**
mit Vollkornnudeln

V A1,3,5 426kJ 0,3 g F 3,2 ZU 1,6 SA 7,6 BE
1,0 F 18,8 KH 3,3 EW

Grüne Bohnen-Eintopf
mit Bockwurstchen

S A1,G 353kJ 1,6 g F 1,7 ZU 1,5 SA 4,0 BE
J,2,5,9 4,0 F 8,3 KH 3,2 EW



Dienstag
23. April 24

Hackbraten
in Sauce mit Rotkohl
und Kartoffeln

S A1,C 323kJ 0,9 g F 1,8 ZU 1,7 SA 4,2 BE
J,5 2,4 F 9,0 KH 4,3 EW

Hähnchenkeule
in pikanter Sauce
mit Kohlrabigemüse
dazu Salzkartoffeln **LVK**

G A1,5,9 458kJ 1,7 g F 0,6 ZU 1,3 SA 6,4 BE
6,6 F 11,8 KH 7,1 EW

Wurstgulasch
mit Paprika und Zwiebeln
dazu Gabelspaghetti

S A1,J 526kJ 0,9 g F 2,9 ZU 0,8 SA 8,0 BE
2,3,4 2,8 F 20,2 KH 4,4 EW

Schweineroulade
mit klassischer Füllung,
dazu Blumenkohl
und Kartoffeln

S A1,J 309kJ 0,5 g F 2,1 ZU 3,2 SA 5,4 BE
J,3,4 1,3 F 11,1 KH 3,6 EW

Gebratenes Gemüse
in Currysauce
und Langkornreis

V A1,F 337kJ 0,3 g F 2,4 ZU 1,1 SA 6,4 BE
6,1,5,9 0,6 F 15,8 KH 2,3 EW

Linseneintopf
mit Geflügelbratwurst

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



Mittwoch
24. April 24

Hamburger Heringsstipp
in Sahne mit Apfel-
und Gurkenwürfel
dazu Petersilienkartoffeln

F C,D,G,J 477kJ 2,1 g F 2,9 ZU 2,6 SA 4,9 BE
2,3,5,9 5,7 F 11,1 KH 4,0 EW

Geflügel-Bratwurst
in Thymiansauce
mit buntem Gemüse
und Petersilienkartoffeln **LVK**

G A1,5 496kJ 2,6 g F 1,3 ZU 1,8 SA 3,7 BE
8,6 F 8,1 KH 3,1 EW

Schweineleberragout
in Apfel-Sauce
dazu Kartoffelpüree
und Karottengemüse

S A1,G 269kJ 0,6 g F 2,8 ZU 0,7 SA 3,7 BE
2,5,9 1,7 F 8,0 KH 3,8 EW

**Kaiserfleisch
(Kasselerrücken)**
auf Ananaskraut
und Kartoffelpüree

S A1,G 382kJ 1,1 g F 2,2 ZU 1,6 SA 4,0 BE
1,5,9 3,0 F 9,3 KH 5,9 EW

Gemüseragout
mit Erbsenpüree

V A1,G 320kJ 1,5 g F 2,2 ZU 0,5 SA 4,1 BE
1,5,9 3,0 F 9,6 KH 2,3 EW

**Klassischer
Möhreneintopf**
mit Geflügelkräuter-
bällchen **LVK**

G A1,G 347kJ 0,5 g F 2,9 ZU 1,2 SA 4,4 BE
F,J,5 3,3 F 8,8 KH 4,4 EW



Donnerstag
25. April 24

Schweinebraten
in pikanter Sauce
mit Blumenkohlgemüse
und Petersilienkartoffeln

S A1,5 301kJ 0,1 g F 1,0 ZU 1,5 SA 4,0 BE
1,1 F 9,0 KH 5,7 EW

Gedünstetes Fischfilet
in Dillsauce
mit Brokkoli
dazu Kartoffeln **LVK**

F A1,D,G 289kJ 0,6 g F 1,9 ZU 1,5 SA 3,7 BE
1,5,9 1,4 F 8,2 KH 5,2 EW

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

G A1,J 567kJ 2,1 g F 3,6 ZU 1,6 SA 6,3 BE
2,3,5 5,8 F 15,7 KH 4,7 EW

Sauerbratengulasch
mit Spätzle
und Rotkohl

R A1,C,5 431kJ 0,5 g F 3,7 ZU 1,1 SA 6,7 BE
1,8 F 14,0 KH 6,9 EW

**Vegetarische
Gemüsebällchen**
mit heller Kräutersauce
auf Gemüsereis **LVK**

V A1,C,F 541kJ 0,9 g F 1,9 ZU 1,4 SA 5,7 BE
6,1,5,9 4,5 F 16,0 KH 6,1 EW

**Kürbis-
Hähncheneintopf**
mit Kartoffeln

G A1,J 307kJ 0,4 g F 1,6 ZU 1,3 SA 5,2 BE
1,8 F 11,2 KH 3,7 EW

FRISCH

Freitag
26. April 24

**Westfälische Dicke
Bohnen**
mit Kasseler und
Salzkartoffeln

S A1,G 342kJ 0,6 g F 1,3 ZU 2,2 SA 4,3 BE
1,5,9 1,6 F 9,7 KH 6,3 EW

**Pikantes Gulasch
vom Schwein**
mit Kartoffeln

S A1,3 544kJ 0,0 g F 0,6 ZU 2,2 SA 3,4 BE
3,7 F 8,6 KH 14,7 EW

Kartoffelröstis
mit Karotten, Brokkoli,
Mais und Champignons in
Mascarpone Sauce

V A1,G 513kJ 3,0 g F 2,4 ZU 0,4 SA 4,3 BE
1,2,5,9 5,6 F 11,5 KH 3,6 EW

Gebackenes Seelachsfilet
mit Kräutersenfesauce
und Dampfkartoffeln
dazu Gurkensalat

F A1,D,G 405kJ 1,2 g F 1,5 ZU 1,6 SA 5,4 BE
J,2,3,5,9 3,0 F 11,9 KH 5,6 EW

Makkaroni
mit Tomaten-
Basilikumsauce dazu
Möhrensalat **LVK**

V A1,J 404kJ 0,1 g F 3,5 ZU 2,7 SA 7,8 BE
1,1 F 18,0 KH 2,9 EW

Porree-Eintopf
mit Geflügelbratwurst

G A1,C,F 306kJ 0,9 g F 1,7 ZU 0,4 SA 3,6 BE
6,1,5,9 3,2 F 7,4 KH 3,7 EW



Samstag
27. April 24

Geflügelfilets
in pikanter Sauce
mit zartem
Brokkoligemüse
und Salzkartoffeln **LVK**

G A1,3 310kJ 0,2 g F 2,9 ZU 1,6 SA 4,1 BE
0,8 F 9,0 KH 6,7 EW

**Herzhafter
Wirsing-Kohl-Eintopf**
mit Kartoffelstücken
und Rindfleisch

R A1,5 271kJ 0,4 g F 0,9 ZU 1,3 SA 4,0 BE
1,3 F 8,8 KH 4,0 EW

Kichererbsencurry
mit Kokosmilch
und Bulgur

V A1,5,9 463kJ 1,2 g F 1,6 ZU 0,4 SA 7,9 BE
1,9 F 18,5 KH 3,3 EW

**Schweinebraten
mit Kümmelsauce**
mit Romanescogemüse
und Klößen **LVK**

S A1,G 289kJ 0,0 g F 0,8 ZU 2,0 SA 3,1 BE
1,0 F 8,1 KH 6,0 EW

AWO, Ortsverein Langenfeld

Solinger Straße 103, 40764 Langenfeld

T: 02173-24306 (Mo.-Fr. 9:15-11:15 Uhr)

F: 02173-929886

Mail: fahrbarermittagstisch@awo-langenfeld.de

Rückgabe bis: _____

Kunde: _____



Sonntag
28. April 24

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

G A1,G 401kJ 0,3 g F 1,1 ZU 1,3 SA 5,9 BE
1,1 F 15,7 KH 5,5 EW

Hackbraten
in Sauce
mit Butterbohnen
und Salzkartoffeln

S A1,3 311kJ 0,8 g F 1,1 ZU 1,8 SA 3,7 BE
2,1 F 8,3 KH 5,1 EW

Mais-Lauchtaler
in Paprikagemüsesauce
dazu Reis

V A1,C 403kJ 0,1 g F 1,9 ZU 1,0 SA 7,8 BE
6,1,5,9 1,3 F 18,0 KH 3,0 EW

Schweinefilet
in Rahmsauce
mit Fingermöhren
und Salzkartoffeln **LVK**

S A1,5,9 265kJ 0,4 g F 1,8 ZU 1,9 SA 3,5 BE
1,9 F 7,7 KH 5,8 EW



*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

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/Krebstiererzeugnisse C = Eier/Eiererzeugnisse 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 = Macadamianuss 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