

Speiseplan

KW 18

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



Arbeiterwohlfahrt
Ortsverein
Langenfeld

Montag
29. April 24

Gebratener Leberkäse
mit Sauerkraut
und Kartoffelpüree

S A1,G,2 460K | 2,9 g F | 1,9 ZU | 1,1 SA | 3,8 BE
4,5,9 | 6,4 F | 8,9 KH | 3,2 EW

Rinderbraten
in Bratenjus mit zartem
Bohngemüse
und Salzkartoffeln

R A1,J 348K | 0,0 g F | 1,1 ZU | 1,8 SA | 3,8 BE
1,2 F | 8,5 KH | 8,7 EW

Hähnchenschnitzel
mit Paprikagemüse
und Butterreis

G A1,G 507K | 0,9 g F | 1,3 ZU | 0,9 SA | 7,1 BE
1,5,9 | 3,0 F | 19,1 KH | 4,0 EW

**Schweizer
Sahnegeschnetzeltes**
mit kleinen Möhren
und Spätzle

S A1,C 339K | 0,7 g F | 2,2 ZU | 1,1 SA | 5,0 BE
6,9 | 2,0 F | 11,5 KH | 4,1 EW

Spaghetti „Funghi“
Italiensche Nudeln
in Pilzsauce
und Olivenöl

V A1,G,9 411K | 0,6 g F | 0,9 ZU | 0,9 SA | 5,7 BE
2,5 F | 15,5 KH | 3,0 EW

Möhrengemüse
Hausfrauenart mit
Fleischer-Frikadelle

S A1,C 350K | 1,2 g F | 2,7 ZU | 1,4 SA | 4,6 BE
1,6 F | 9,4 KH | 4,3 EW



Dienstag
30. April 24

Delikate Putenpfanne
mit Gemüse
und Butterreis

G A1,F,6,9 416K | 0,5 g F | 0,6 ZU | 0,7 SA | 5,9 BE
1,2 F | 15,8 KH | 6,0 EW

Große Bratwurst
in Bratenjus
mit Apfelrotkohl
und Kartoffeln

S A1,J,5 292K | 0,7 g F | 2,2 ZU | 1,7 SA | 4,2 BE
1,8 F | 9,0 KH | 3,7 EW

Schweinegulasch
in pikanter
Champignon-Rahm-Sauce
dazu Spirellis

S A1,G,5,9 471K | 0,3 g F | 0,2 ZU | 1,0 SA | 5,7 BE
2,2 F | 15,1 KH | 7,5 EW

**Zartes Hähnchenbrustfilet
„Florentiner Art“**
auf Käsesauce
mit Blattspinat
und Nudeln **LVK**

G A1,F,6 427K | 1,1 g F | 1,2 ZU | 1,3 SA | 5,2 BE
1,5,9 | 2,3 F | 12,2 KH | 7,9 EW

Mini-Frühlingsrollen
mit chinesischem Gemüse
und feinem Wildreis

V A1,C,F 490K | 0,2 g F | 3,8 ZU | 1,3 SA | 8,4 BE
1,7 F | 22,2 KH | 2,7 EW

Gärtnerin-Eintopf
mit viel Gemüse
und Rindfleischinlage

R A1,J,5 283K | 0,5 g F | 0,8 ZU | 1,2 SA | 4,1 BE
1,6 F | 9,0 KH | 4,0 EW



Mittwoch
1. Mai 24

Currywurstpfanne
mit frischen Zwiebeln
und Reis

S A1,J,3,5 522K | 1,8 g F | 3,4 ZU | 1,4 SA | 6,6 BE
4,4 F | 17,5 KH | 3,6 EW

Geflügel-Hackbraten
in würziger Sauce
mit Mischgemüse
und Kartoffeln

G A1,C 310K | 0,3 g F | 1,3 ZU | 1,7 SA | 3,9 BE
2,0 F | 8,9 KH | 4,3 EW

**Vollkorn-Spaghetti
„Tonno“**
Nudeln in leckerer
Thunfischsauce
dazu Möhrensalat

F A1,D 426K | 0,3 g F | 3,4 ZU | 1,6 SA | 7,4 BE
1,3,5 | 1,6 F | 17,0 KH | 3,9 EW

Rindersauerbraten
in delikater Sauce
dazu Rotkohl
und Kartoffelknödel

R A1,G 432K | 0,2 g F | 3,7 ZU | 1,6 SA | 5,6 BE
2,5,9 | 1,7 F | 12,8 KH | 8,0 EW

Rührei
mit Rahmspinat
und Kartoffeln **LVK**

V A1,C 431K | 2,0 g F | 1,1 ZU | 1,9 SA | 3,5 BE
5,4 F | 8,3 KH | 5,1 EW

Chilli con Carne
mit roten Bohnen
und körnigem Reis

R A1,J 497K | 0,5 g F | 1,5 ZU | 1,1 SA | 6,4 BE
1,3 F | 17,0 KH | 4,4 EW



Donnerstag
2. Mai 24

Fischfrikadelle
mit Ratatouille und
Kartoffelpüree

F A1,D,6 390K | 0,9 g F | 3,8 ZU | 0,9 SA | 4,4 BE
1,3,5,9 | 2,1 F | 12,1 KH | 5,5 EW

**Belgischer
Gemüse Eintopf**
mit Geflügelbratwurst

G A1,J,2,4 410K | 2,0 g F | 1,6 ZU | 1,7 SA | 3,9 BE
6,6 F | 8,0 KH | 2,6 EW

Chicken-Nuggets
mit Ketchupsauce, Reis
und Krautsalat

G A1,C 506K | 1,6 g F | 2,1 ZU | 1,3 SA | 7,0 BE
1,3,5 | 4,6 F | 16,2 KH | 3,4 EW

Spießbraten
in Paprika-Rahm-Sauce
mit Bohngemüse
und Salzkartoffeln

S A1,G 446K | 1,9 g F | 2,1 ZU | 1,7 SA | 3,9 BE
1,5,9 | 5,4 F | 8,9 KH | 4,4 EW

Gedünstetes Gemüse
mit Sauce
„Holländische Art“ dazu
Petersilienkartoffeln **LVK**

V A1,G,9 346K | 1,4 g F | 1,9 ZU | 2,4 SA | 4,5 BE
2,4 F | 12,2 KH | 2,9 EW

**Bulgurpfanne mit
Hirtenkäsewürfel**
und mediterranem
Gemüse

V A1,G,9 211K | 1,2 g F | 2,4 ZU | 0,8 SA | 2,0 BE
1,9 F | 4,7 KH | 2,6 EW



Freitag
3. Mai 24

Reibekuchen
mit leckerem Apfelmus

V A1,C 576K | 0,5 g F | 7,3 ZU | 0,7 SA | 6,9 BE
6,1 F | 18,1 KH | 1,6 EW

Feine Rinderfrikadelle
in Sauce mit Kräutern
der Provence dazu
Karottenscheiben
und Püree **LVK**

R A1,C 382K | 1,2 g F | 2,2 ZU | 0,9 SA | 4,9 BE
6,1,5,9 | 2,9 F | 10,8 KH | 5,1 EW

Deftige Kohlroulade
in Zwiebel-Speck-Sauce
mit Kartoffeln

S A1,J,4 411K | 1,6 g F | 1,6 ZU | 1,6 SA | 4,8 BE
4,1 F | 10,8 KH | 3,5 EW

**Matjesfilet in
Kräutermarinade,**
dazu Speckböhnchen
und Butterkartoffeln

S A1,D,G 397K | 1,1 g F | 2,3 ZU | 2,2 SA | 4,8 BE
1,2,4,5,9 | 3,8 F | 9,9 KH | 4,2 EW

**Tortellini
„Vegetarische Art“**
mit fruchtiger
Tomatensauce **LVK**

V A1,C 331K | 0,2 g F | 2,8 ZU | 1,1 SA | 4,9 BE
6,1,9 | 0,8 F | 12,5 KH | 2,2 EW

**Eintopf von
frischem Kohlrabi**
mit gebratenen
Fleischklößchen

S A1,C,6 365K | 1,2 g F | 1,1 ZU | 1,6 SA | 4,9 BE
1,4,5,9 | 3,0 F | 10,2 KH | 4,7 EW



Samstag
4. Mai 24

Herzhaftes Saftgulasch
vom Schwein
mit Nudeln
und Mischsalat

S A1,C,G 493K | 0,8 g F | 1,1 ZU | 1,1 SA | 6,5 BE
1,2,3,5,9 | 3,2 F | 14,9 KH | 6,7 EW

**Holsteiner
Kartoffelsuppe**
mit Wursteinlage

S A1,G 332K | 1,1 g F | 1,0 ZU | 0,7 SA | 5,0 BE
1,2,9 | 2,6 F | 10,9 KH | 2,7 EW

Curry-Spinat-Pfanne
mit Linsen,
dazu Sesamkartoffeln

V A1,K 462K | 0,3 g F | 0,9 ZU | 0,8 SA | 6,1 BE
3,2 F | 14,5 KH | 4,7 EW

Gedünstetes Fischfilet
auf Blattspinat
mit Kräutersensauce
und Kartoffeln **LVK**

F A1,D,G 293K | 0,8 g F | 1,0 ZU | 1,6 SA | 4,0 BE
1,3,5,9 | 1,7 F | 8,8 KH | 4,4 EW

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
5. Mai 24

Thüringer Bratwurst
in Sauce
mit Wirsinggemüse
und Kartoffeln

S A1,G 371K | 1,9 g F | 0,9 ZU | 1,5 SA | 3,7 BE
5,9 | 4,9 F | 8,0 KH | 3,0 EW

Zarte Hähnchenbrust
in feiner Sauce
dazu Fingermöhren
und Salzkartoffeln **LVK**

G A1,F 283K | 0,2 g F | 1,9 ZU | 1,5 SA | 4,4 BE
6,1,9 | 0,5 F | 9,9 KH | 5,4 EW

Bandnudeln
in leckerer
Spinat-Käse-Sauce **LVK**

V A1,G 488K | 1,3 g F | 0,8 ZU | 1,4 SA | 7,4 BE
5,9 | 2,6 F | 18,4 KH | 4,4 EW

Schweinesteak
mit Grillgemüse
und Rosmarinkartoffeln

S A1,J,5 382K | 0,1 g F | 3,1 ZU | 0,3 SA | 5,6 BE
1,4 F | 13,6 KH | 5,7 EW

○ EW (Einweg) ○ MW (Mehrweg)

Rückgabe bis: _____

Kunde: _____



*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

**Weitere Bestellwoche
auf der Rückseite!**

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 = Queenslandnuss I = Sellerie/Sellerieerzeugnisse J = Senf/Senferzeugnisse K = Sesam/Sesamerzeugnisse L = Schwefeldioxid und Sulfite M = Lupinen/Lupinerzeugnisse 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