

Speiseplan

KW 19

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
6. Mai 24

Geschmorte Hähnchenbrust in Balsamico Marinade mit glasierten Erbsen und Möhren, dazu Salbeikartoffeln **LVK**

G A1,F,6 377K 0,2 g.F 1,9 ZU 1,0 SA 12,5,9 1,3 F 12,8 KH 6,2 EW **5,7 BE**

Magerer Schweinebraten mit Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln

S A1,G 309K 0,2 g.F 1,2 ZU 1,6 SA 1,5,9 1,3 F 8,6 KH 6,0 EW **3,8 BE**

Vollkorn-Spaghetti „Carbonara“ **LVK**
Schinkenstreifen in leckerer Käse-Sahne-Sauce dazu Zucchini Salat

S A1,G,1 502K 1,4 g.F 1,9 ZU 1,6 SA 2,4,5,9 3,4 F 16,5 KH 5,0 EW **7,6 BE**

Paniertes Seelachsfilet mit Erbsensauce auf Zucchini-Kräutergemüse, dazu Reis **LVK**

F A1,0 441K 1,3 g.F 1,7 ZU 1,0 SA 2,7 F 14,9 KH 5,8 EW **7,7 BE**

Asiatisches Wokgemüse mit feinem Basmatireis

V A1,F,3 435K 0,1 g.F 4,8 ZU 1,3 SA 0,4 F 22,1 KH 2,6 EW **8,4 BE**

Pichelsteiner Eintopf mit frischem Gemüse und Rindfleisch einlage

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



Dienstag
7. Mai 24

Putenbraten in Bratensauce mit Brechbohnen und Kartoffeln

G A1,G,1,9 347K 0,5 g.F 1,0 ZU 1,6 SA 1,5 F 9,2 KH 7,9 EW **4,2 BE**

Königsberger Klopse in Kapernsauce mit Reis und Rote Beete Salat

S A1,C,G 469K 1,1 g.F 2,2 ZU 1,3 SA 1,3 F 16,0 KH 5,6 EW **6,8 BE**

Nudelaufbau mit Brokkoli und Hackfleisch **LVK**

S A1,G 471K 2,2 g.F 0,7 ZU 0,3 SA 1,5,9 7,5 F 26,1 KH 10,9 EW **11,9 BE**

Schweinerückensteak in Rahmsauce dazu Kaisergemüse und Kartoffeln **LVK**

S A1,0,1,9 284K 0,2 g.F 1,4 ZU 1,7 SA 0,9 F 7,4 KH 5,4 EW **3,3 BE**

Eieromelette mit feinem Blattspinat, Röstzwiebeln und Kartoffelpüree

V A1,C,G 357K 0,7 g.F 1,2 ZU 0,7 SA 1,5,9 3,8 F 7,9 KH 4,5 EW **3,2 BE**

Frische Wirsing-Rinderhack-Pfanne dazu Salzkartoffeln

R A1,G,1,9 274K 0,6 g.F 0,6 ZU 1,6 SA 4,0 F 20,5 KH 5,6 EW **8,1 BE**



Mittwoch
8. Mai 24

Gebratene Schweineleber in Zwiebelsauce dazu Mischgemüse und Kartoffelpüree

S A1,G 296K 0,8 g.F 1,5 ZU 0,6 SA 2,0 F 8,2 KH 4,4 EW **3,8 BE**

Geflügelschnitzel mit feiner Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln

G A1,G,1,9 344K 0,6 g.F 0,5 ZU 0,7 SA 3,2 F 16,3 KH 4,8 EW **7,2 BE**

Cevapcici vom Rind mit Djuwetschreis und pikantem Krautsalat

R A1,C 499K 2,1 g.F 2,5 ZU 1,1 SA 1,2,3,5 5,3 F 13,0 KH 4,4 EW **5,9 BE**

Gedünsteter Fisch auf Buttersauce mit Kräuterkartoffeln und Möhrensalat

F A1,0 380K 1,4 g.F 2,4 ZU 1,7 SA 3,2 F 9,9 KH 5,2 EW **4,5 BE**

Klassischer Makkaroniaufbau in fruchtiger Basilikum-Tomaten-Sauce mit Käse überbacken **LVK**

V A1,G 745K 1,6 g.F 2,5 ZU 0,5 SA 2,7 F 30,6 KH 6,6 EW **13,8 BE**

Deftiger Erbseneintopf mit Wurstwürfel

S 1,2,4,5 376K 1,4 g.F 0,6 ZU 0,8 SA 4,2 F 8,3 KH 4,1 EW **4,0 BE**



Donnerstag
9. Mai 24

Zarter Schweinebraten in milder Kümmel-Senf-Sauce mit Mischgemüse und Salzkartoffeln **LVK**

S A1,G 304K 0,1 g.F 1,3 ZU 1,9 SA 1,2 F 8,9 KH 5,9 EW **3,9 BE**

Seelachsfilet „Naturell“ mit Kräutersauce und Brokkoligemüse dazu Petersilienkartoffeln **LVK**

F A1,0 288K 0,5 g.F 1,9 ZU 1,6 SA 1,3 F 8,4 KH 5,2 EW **3,7 BE**

Berliner Currywurst mit Reis und Gurkensalat

S A1,C,1 594K 3,0 g.F 3,2 ZU 0,4 SA 1,2,3,5 5,9 F 16,8 KH 3,1 EW **7,2 BE**

Zartes gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsauce mit Erbsengemüse und Salzkartoffeln

R A1,G 470K 0,5 g.F 1,1 ZU 1,7 SA 2,4 F 11,4 KH 9,7 EW **5,0 BE**

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

V A1,G 493K 1,3 g.F 1,5 ZU 1,8 SA 1,5,9 2,6 F 19,0 KH 4,5 EW **7,3 BE**

Perlgraupeneintopf mit gewürfeltem Kasseler

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

FRISCH

Freitag
10. Mai 24

Szegediner Gulasch mit Schwenkkartoffeln

S A1,1 395K 0,0 g.F 1,1 ZU 1,9 SA 1,4 F 9,8 KH 6,2 EW **3,9 BE**

Leberknödel in Majoransauce mit Sauerkraut und Kartoffeln

S A1,C 288K 0,6 g.F 1,3 ZU 0,3 SA 1,6 F 9,2 KH 3,6 EW **4,3 BE**

Hähnchencurry mit Früchten und Reis dazu Mischsalat

G A1,C,G,1 478K 1,4 g.F 2,8 ZU 1,3 SA 1,2,3,5 3,4 F 15,6 KH 5,2 EW **6,6 BE**

Backfischfilet auf delikater Senfsauce dazu Kräuterkartoffeln und Mischsalat

V A1,0,G,1 418K 1,3 g.F 2,0 ZU 1,7 SA 1,2,3,5 3,2 F 12,4 KH 4,8 EW **5,2 BE**

Kartoffeltaschen gefüllt mit pikantem Frischkäse dazu Tomaten-Zucchini Gemüse und Püree **LVK**

V A1,G 445K 0,8 g.F 2,6 ZU 0,9 SA 4,5,9 4,2 F 14,1 KH 2,3 EW **6,0 BE**

Italienischer Gemüseeintopf

V A1,1,5 250K 0,3 g.F 1,9 ZU 0,5 SA 0,8 F 10,9 KH 1,5 EW **4,6 BE**



Samstag
11. Mai 24

Eintopf mit grünen Bohnen mit zartem Schweinefleisch

S A1,1 285K 0,5 g.F 1,1 ZU 0,8 SA 1,3 F 8,7 KH 4,1 EW **4,0 BE**

Pikantes Geflügelgulasch mit Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln **LVK**

G A1,F 273K 0,2 g.F 0,9 ZU 1,5 SA 0,8 F 8,7 KH 5,1 EW **3,9 BE**

Knödel „Dreierlei“ dazu Champignonrahmsauce mit frischen Kräutern

V A1,C 438K 1,3 g.F 0,9 ZU 1,5 SA 1,2,3,5 3,1 F 15,4 KH 3,4 EW **5,8 BE**

Rindergeschnetzeltes „Jäger Art“ mit Bohnengemüse und Salzkartoffeln

R A1,1,5 321K 0,3 g.F 1,4 ZU 2,1 SA 1,4 F 8,3 KH 6,9 EW **3,6 BE**

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
12. Mai 24

Hähnchenragout mit Champignons und Spargel dazu Gemüseris

G A1,F 418K 0,7 g.F 1,5 ZU 1,4 SA 1,2,9 1,9 F 14,1 KH 6,4 EW **5,3 BE**

Lummerbraten in Rahmsauce mit Möhrengemüse und Kartoffeln **LVK**

S A1,1,1 279K 0,0 g.F 2,1 ZU 1,8 SA 1,0 F 8,8 KH 5,3 EW **3,9 BE**

Linsen-Bolognese mit Nudeln

V A1,1 395K 0,1 g.F 1,5 ZU 1,1 SA 0,4 F 18,1 KH 3,8 EW **7,3 BE**

Geflügelroulade in feiner Sauce mit Rotkohl und Spätzle

G A1,C,F 444K 0,4 g.F 1,9 ZU 1,0 SA 1,1,5,9 3,3 F 12,6 KH 6,0 EW **5,7 BE**



*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/Erdnüssererzeugnisse 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