

# Speiseplan

KW 2

## 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



Arbeiterwohlfahrt  
Ortsverein  
Wülfrath

**Montag**

6. Januar 25

**Spaghetti „Bolognese“**  
dazu Krautsalat

A1,FG,I,1

**Truthahngulasch**  
mit Möhrengemüse  
und Petersilienkartoffeln

A1,F,G,I

LVK

**Schweinebraten**  
in brauner Sauce  
mit Blumenkohl  
und Kartoffelpüree

A1,G,I,1

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

A1,D,G,I,3

LVK

**Bulgur-Gemüsepfanne**  
mit Bio Tofuwürfel

A1,F,G,I,1

**Herzhafter Weißkohl-  
Möhren-Eintopf**  
mit zartem Rindfleisch

A1,I,1



**Dienstag**

7. Januar 25

**Königsberger Klopse**  
in Kapernsauce  
dazu Butterkartoffeln  
und Rote Beete-Salat

A1,C,G,I,J,1

**Feiner Milchreis**  
mit feinen Früchten  
und Zimt

G,1,2

LVK

**Geflügel-  
Schaschlikpfanne**  
mit Zwiebeln und Paprika  
dazu Reis

A1,F,I

**„Cordon Bleu“  
vom Schwein**  
mit Bratensauce,  
Erbsengemüse und  
Kartoffeln

A1,G,I,1,3

**Rührei**  
mit Rahmspinat  
und Püree

A1,C,G,I,1

LVK

**Deftige Erbsensuppe**  
mit Geflügel Wiener

I,1,2,3



**Mittwoch**

8. Januar 25

**Gebackener Leberkäse**  
auf Sauerkraut  
mit Kartoffelpüree

A1,G,1,2,3

**Gedünstetes  
Pangasiusfilet**  
Juliengemüsesauce  
und Salzkartoffeln

A1,D,G,I,1

LVK

**„Bifteki“  
Griechischer Hackbraten**  
mit Hirten-Käse dazu  
Tomatenreis und  
Krautsalat

A1,C,G,I,J,1,3

**Geflügelfilets**  
in Paprika-Sahne-Sauce  
mit Mais-Erbsengemüse  
und feinem Butterreis

A1,G,I,1

**Kürbiscurry**  
mit Reis

A1,G,I,1

**Spaghetti „Carbonara“**  
Schinkenspeck in leckerer  
Käse-Sahne-Sauce dazu  
Karotten-Salat

A1,G,I,1,2,3

LVK



**Donnerstag**

9. Januar 25

**Schweinerahmgulasch**  
mit Champignons  
und Spiralnudeln  
dazu Rohkostsalat

A1,C,G,I,J,1,3

**Rinderfrikadelle**  
in Kräutersauce  
mit feinem Erbsengemüse  
und Kartoffelpüree

A1,C,G,I,1

LVK

**Gegrillte Hähnchenkeule**  
auf Paprikagemüse  
dazu Kartoffeln

A1,I,1

**Schweinerückenbraten**  
in Sauce  
mit Bayrischkraut  
und Salzkartoffeln

A1,G,I,1

**Gemüsefrikadelle**  
in Tomatensauce  
und Vollkornnudeln

A1,A4,C,G,I,1,3

LVK

**Grünkohlgemüseintopf**  
mit Geflügelwürfel

A1,I,J,1,2,3



**Freitag**

10. Januar 25

**Bratwurst in Sauce**  
mit Kohlrabi  
und Kartoffeln

A1,G,I,J,1

LVK

**Putenbraten**  
in Bratensauce  
mit feinem Rübengemüse  
und Kartoffeln

A1,G,I

LVK

**Geflügelbällchen**  
in brauner Sauce  
dazu Gemüseris

A1,C,F,G,I,J

LVK

**Gebrautes Schollenfilet  
„Finkenwerder Art“**  
mit Speckstippe dazu  
warmer Kartoffelsalat

A1,D,I,1,2,3

**Gemüse-Kartoffel-Auflauf**  
mit herzhaftem Käse  
überbacke

A1,G,I,1

LVK

**Geflügelhackfleisch-  
Pfanne**  
mit mediterranem  
Gemüse und Bulgur

A1,F,I



**Samstag**

11. Januar 25

**Spießbraten**  
in würziger Zwiebelsauce  
mit Bohnengemüse und  
Paprikakartoffeln

A1,I,1

**„Trentiner Marktpf“**  
Italienischer  
Gemüseintopf mit  
zartem Schweinefleisch

A1,I,1

**Deftige Käsespätzle  
„Allgäuer Art“**  
mit Zucchini-Möhren-Salat

A1,C,G,I,1

**Saftiger Rinderbraten**  
in pikanter Sauce mit  
Romanesco, Blumenkohl,  
Karotten und Kartoffeln

A1,I

LVK

**AWO, Ortsverein Wülfrath**

Tel: 02058-775509 Mo - Fr 9:15 - 11:00

Mail: info@awo-wuelfrath.de

O Mehrweg

O Einweg



**Sonntag**

12. Januar 25

**Hähnchenragout**  
mit Champignons,  
Spargel  
dazu Gemüseris

A1,F,G,I,3

**Schweinerückensteak  
in Rahmsauce**  
mit zartem Kaisergemüse  
und Kartoffeln

A1,G,I

LVK

**„Ratatouille“  
Geschmortes Gemüse**  
mit Langkornreis

A1,I,1

**Seehecht**  
auf Kräutersauce  
mit Pariser Karotten  
und Kartoffeln

A1,D,G,I,1

LVK

Rückgabe bis: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_



\*auch als Passierte Kost erhältlich

LVK = Leichte Vollkost

Preis bei Abholung im Treff

M1, M2, M3, M5, M6: 6,50€

M4 Premium: 7,80€

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 Sulfit [M]= Lupinen / Lupinerzeugnisse [N]= Weichtiere / Weichtiererzeugnisse. Alle Menüs sind mit jodiertem Salz zubereitet! Änderungen vorbehalten. = Rind = Schwein = Fisch = Geflügel = Wild = Lamm = Vegetarisch