

# Speiseplan

KW 4

## 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**

20. Januar 25

**Mini-Hacksteaks**  
in Bratensauce  
dazu bunte Bohnen  
und Salzkartoffeln

A1,F,G,I,1

**Hähnchenbrustfilet**  
in Zwiebelsauce  
mit Kartoffelpüree  
und Möhrengemüse

A1,F,G,I,1

**Gefüllte Paprikaschote**  
in Tomatensauce dazu  
Reis

A1,C,I

**Lummerbraten**  
vom Schwein in herzhafter  
Sauce dazu feines  
Kaisergemüse  
und Kartoffeln **LVK**

A1,I,1

**Maultaschen**  
„Vegetarisch“  
in heller Sauce  
mit geriebenem Käse  
und Möhren-Rohkostsalat

A1,C,G,I,J,1

**Spaghetti**  
„Bolognese“  
dazu Gurkensalat

A1,C,F,I,J,1,3



**Dienstag**

21. Januar 25

**Heiße Fleischwurst**  
mit Sauerkraut und Püree

A1,G,1,2,3

**Schweinegulasch**  
in Kräuterrahmsauce dazu  
buntes Gemüse  
und Kartoffeln **LVK**

A1,G,I

**Gebratene Fleischbällchen**  
vom Rind in Chilisauce  
und Reis dazu  
Wachbohnen-Salat

A1,C,I,J

**Klassischer Sauerbraten**  
in Rosinensauce  
mit Kartoffeln  
und Rotkohl

A1,1

**Bunte Tofu-Gemüsepfanne**  
mit Kräutersauce  
und Karottenpüree **LVK**

A1,F,G,I,1

**Pichelsteiner Eintopf**  
mit frischem Gemüse  
und Rindfleischinlage

A1,I,1



**Mittwoch**

22. Januar 25

**Kräftiger  
Hühnersuppeneintopf**  
mit buntem Gemüse **LVK**

A1,I

**Bratwurst**  
in Sauce mit feinem  
Mischgemüse  
und Kartoffeln

A1,G,I

**Fischstäbchen**  
mit Tomatensauce  
dazu Kartoffelpüree

A1,D,G,I,1

**„Piccata Napoli“**  
zartes Geflügelschnitzel  
mit Tomatenspaghetti

A1,I

**Gebratenes Gemüse**  
in gelber Currysauce  
mit Reis

A1,F,G,I,1

**Mexikanischer  
Bohneneintopf**  
mit Rauchfleisch

A1,I,2,3



**Donnerstag**

23. Januar 25

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

A1,F,I

**Fischfilet (Natur)**  
auf feiner Kräuter-  
buttersauce dazu  
Brokkoligemüse  
und Salzkartoffeln **LVK**

A1,D,G,I

**Spirellis (Nudeln)**  
mit Tomaten-  
Schinkensauce  
dazu Rohkostsalat

A1,I,2,3

**Filettöpfchen**  
Hähnchen und  
Schweinefilet in  
Pilzrahmsauce dazu  
Gemüse und Kartoffeln

A1,G,I,1

**Drillinge mit Schale**  
dazu Schnittlauchquark  
und Rohkostsalat

G

**Deftiger  
Erbseintopf**  
mit Bockwurst

G,I,J,1,3



**Freitag**

24. Januar 25

**Wiener Würstchen**  
mit Sauerkraut  
und Petersilienkartoffeln

A1,G,I,J,1,3

**Gekochte Eier**  
in Senfsauce  
mit Kräuterpüree,  
dazu Sellerie-Möhrensalat

A1,C,G,I,J,1

**Hähnchenfleisch  
süß sauer**  
mit Chinagemüse  
und Reis

A1,F,I

**Hoki-Fischfilet**  
in leckerer Kräutersauce  
dazu feine Erbsen  
und Kartoffeln **LVK**

A1,D,G,I,1

**Blumenkohl-  
Brokkoli-Auflauf**  
mit feinen  
Kartoffelblättchen und  
Käse überbacken

A1,G,I,1

**Rheinischer  
Kartoffeleintopf**  
mit Kasseler  
und frischem Poree

A1,G,I,1,3



**Samstag**

25. Januar 25

**Herzhafter  
Kasselerbraten**  
in Apfelsauce  
mit Rotkohl  
und Kartoffeln

A1,I,1,3

**Klassischer  
Möhreneintopf**  
mit pikanter  
Rinderfrikadelle **LVK**

A1,C,I,1

**Linsen-Bolognese**  
mit Vollkorn-Fusilli

A1,I

**Gebratene  
Hähnchenbrust**  
in feiner Sauce  
mit Paprikakartoffeln  
und Blattspinat

A1,F,G,I,1

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

○ Mehrweg ○ Einweg



**Sonntag**

26. Januar 25

**Kalbsragout**  
mit Brokkoligemüse  
und Salzkartoffeln

A1,G,I

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

A1,I,J

**Bunte Tortellini**  
mit Käse-Spinatsauce

A1,C,G,I,1

**Grüne Tagliatelle**  
mit Hack  
und Champignons  
in Sauerrahm

A1,C,F,G,I,J,2

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