

Name:

Anschrift:

Telefon:

	Vollkost 1	Vollkost 2	Vegetarisch	Mini
Montag 09.03.2020	13183 - Mini-Steaklets in Feinschmecker-Soße; dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln 8,24€ ● Alk,G,G1,La,M,Me,S	13748 - Putengeschnetzeltes in Rahmsoße; mit Brokkoli und Möhren, dazu Hausmacher-Spätzle 7,94€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn	13547 - Spiralnudeln in Käsesoße; mit Tomaten-Petersilie-Garnitur 7,34€ ● G,G1,La,M,Me	13060 - Hausgemachte Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße; dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln 7,34€ G,G1,S,Sn
Dienstag 10.03.2020	13120 - Herzhafter Krustenbraten vom Schwein; in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen 8,39€ ● Ei,G,G1,G3,La,M,Me,S	13779 - Gegrillte Hähnchenkeule Königin Art; in einer feinen Soße mit Gemüse Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 8,24€ ● G,G1,La,M,Me,S	13554 - Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße; mit Gemüse Leipziger Allerlei und Stampfkartoffeln 7,34€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S	13040 - Klopse Königsberger Art vom Rind und Schwein; in Kapernsoße mit Salzkartoffeln 6,69€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S
Mittwoch 11.03.2020	13003 - Frikadelle Gutsherren Art vom Rind und Schwein; in cremiger Weißweinsoße mit Champignons, dazu Erbsen und Hörnchennudeln 7,64€ ● Alk,Ei,G,G1,La,M,Me,S	13191 - Paniertes Schweineschnitzel; mit Pariser Karotten, dazu Kartoffelwürfel in Kräuter-Rahmsoße 7,94€ ● G,G1,La,M,Me,S	13561 - Gefüllter, vegetarischer Strudel auf Gemüsebett; dazu Kartoffelwürfel und Soße à la Hollandaise 7,64€ ● Alk,G,G1,La,M,Me,S	13040 - Klopse Königsberger Art vom Rind und Schwein; in Kapernsoße mit Salzkartoffeln 6,69€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S
Donnerstag 12.03.2020	13088 - Currywurst vom Schwein; mit Kartoffelspalten 7,34€ ● 3,Sn	13139 - Gebratenes Schweinenackensteak; auf würzigem Schmorkohl, dazu Petersilienkartoffeln 7,94€ ● L	13587 - Cremiges Champignonragout; mit Spätzle 7,34€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S	13434 - Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs; dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln 7,34€ ● Fi,G,G1,La,M,Me
Freitag 13.03.2020	13320 - Zartes Kalbgeschnetzeltes in Pfefferrahmsoße; mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln 8,64€ ● Alk,G,G1,La,M,Me,S	13022 - Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße; mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln 6,69€ ● 20,Ei,G,G1,La,M,Me,S	13553 - Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße; mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel 6,69€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn	13762 - Gebratene Geflügelfleischbällchen; in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln 6,69€ ● G,G1,La,M,Me
Samstag 14.03.2020	13106 - Mini-Steaklets Genfer Art vom Schwein; in einer Schlemmersoße mit Paprika und Spinat, dazu Erbsen naturell und Spätzle 8,24€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S	13786 - Zwei gegrillte Hähnchenoberkeulen; in Champignon-Paprikasoße, dazu Erbsen und Gabelspaghetti 8,24€ ● G,G1,La,M,Me,S	13580 - Champignons in Rahmsoße; dazu Serviettenknödel 7,64€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S	13082 - Feine Bratwurst vom Schwein in dunkler Soße; mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln 6,69€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S
Sonntag 15.03.2020	13221 - Rinderroulade Hausfrauen Art; in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln 8,24€ ● 20,G,G1,S,Sn	13146 - Herzhaftes Schweinegulasch; mit Gemüse Leipziger Allerlei und Spätzle 7,34€ ● Ei,G,G1,S	13565 - Rührei; mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln 6,69€ ● Ei,La,M,Me	13099 - Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße; mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen naturell und Kartoffelklöße 6,69€ ● Ei,G,G1,La,M,Me,S,Sn

DRK soziale Dienste Kreisverband Witten gGmbH, Annenstr. 9, 58453 Witten -- 02302 91016 220

 Legende: 3=mit Antioxidationsmittel, 20=mit Nitritpökelsalz, Alk=mit Alkohol, Ei=Eier, Fi=Fisch, G=Gluten, G1=Weizen, G3=Gerste, La=Laktose, M=Milch, Me=Milchweiß, S=Sellerie, Sn=Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen finden Sie unter www.apetido.de/ Artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800-2738486 (Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden). Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu. Änderungen vorbehalten.

Wählen Sie Ihre Kostform

● = Menüs mit Information für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett) | L = Leichte Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind) | V = vegetarisch