



Menü-angebot	1	2	3	4
	MENÜ 1 - 12,60 €	MENÜ 2 - 12,60 €	MENÜ 3 - Delikat - 14,95 €	KLEINE Mahlzeit - 11,15 €
Mo	Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch S Art. 4645 ● L	Hähnchenfilet "Gärtnerin Art" in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkorreis G,G1,M,Me,La,S Art. 4780 ● L	Zarte Schweinemedaillons in Champignonsoße mit Feinschmeckermüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S Art. 4190 ● L	Hausgemachte Rinderfrikadelle in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn Art. 4097 ● L
Di	Schweinegulasch "Jäger Art" dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle G,G1,Ei Art. 4145 ● L	Nudeln in Rahmsauce mit Lauch und herzhaftem Schinken 20,3,G,G1,M,Me,La,S Art. 4551 ● L	Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsauce, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln 20,G,G1,M,Me,La,S,Sn Art. 4211 ● L	Feines Gemüseragout in Sauer-rahmsauce mit Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S Art. 4573 ● L
Mi	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn Art. 4053 ● L	Traditionelle Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La Art. 4074 ● L	Ente "asiatische Art" in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis Sb Art. 4782 ● L	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln M,Me,La,S,Sn Art. 4231 ● L
Do	Geflügelfrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn Art. 4768 ● L	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott 10,G,G1,M,Me,La Art. 4533 ● L	Schweineschnitzel Cordon bleu mit buntem Mischgemüse "naturell" und Kartoffelwürfeln in Käsesauce 20,3,G,G1,M,Me,La,S Art. 4182 ● L	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln G,G1,F,I,M,Me,La Art. 4434 ● L
Fr	Quarktaler auf Vanillesauce dazu Ananas-Mango-Kompott 10,G,G1,Ei,M,Me,La Art. 4590 ● L	Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelkohl und Kartoffelpüree G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn Art. 4080 ● L	Panierter Alaska-Seelachs mit Kräuterfüllung dazu Romanesco, Blumenkohl und Brokkoli in Soße und Salzkartoffeln G,G1,F,I,M,Me,La,Sn Art. 4402 ● L	Zartes Schweinegeschnetzeltes in Soße mit buntem Gemüse, dazu Knöpfle-Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S Art. 4163 ● L
Sa	Panierte Hähnchen-Happen (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt) mit Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree G,G1,M,Me,La,S Art. 4747 ● L	Grünkohleintopf mit geschnittener Mettwurst vom Schwein 20,3,S,Sn Art. 4614 ● L	Rinderroulade in kräftiger Bratensoße mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn Art. 4203 ● L	Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung G,G1,Ei,M,Me,La Art. 4515 ● L
So	Panierter Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senf-Kräutersauce, dazu Kartoffelwürfel G,G1,F,I,M,Me,La,S,Sn Art. 4472 ● L	Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn Art. 4192 ● L	Kalbshacksteak in cremiger Weißwein-Soße dazu Wirsinggemüse und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S Art. 4347 ● L	Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse "naturell" und Gabelspaghetti G,G1,M,Me,La,S Art. 4755 ● L

AWO-Kreisverband Koblenz-Stadt e.V.
Tel. 0261-9146303

eMail: kueche@awo-koblenz.de

Woche 3

Wählen Sie Ihre Kostform:

- L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
- = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Änderungen vorbehalten

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmitteln 10 = mit Zucker(n) und Süßungsmitteln 20 = mit Nitropökisalz 20 = mit Nitropökisalz 20 = mit Nitropökisalz 20 = mit Nitropökisalz
von mind. 1 kcal/g ☼ = enthält Zutat(en) vom Schwein Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Soja Sa = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetitio.de/farbkodierung oder telefonisch unter der