



Kreisverband
Koblenz-Stadt e.V.

Ihr Menüservice
mit Herz



Menü- angebot	1	2	3	4
	MENÜ 1 - 11,35 €	MENÜ 2 - 11,35 €	MENÜ 3 - Delikat - 13,45 €	KLEINE Mahlzeit - 10,05 €
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 Feinschmeckergemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S Art. 4190 ☒ ●	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 Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken 20,3,G,G1,M,Me,La,S Art. 4551 ●	Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln 20,G,G1,M,Me,La,S,Sn Art. 4211 ●	Feines Gemüseragout in Sauer-rahmsoße 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	Ente "asiatische Art" in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis Sb Art. 4782 ●	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 Käsesoße 20,3,G,G1,M,Me,La,S Art. 4182 ●	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln G,G1,Fi,M,Me,La Art. 4434 ● L
Fr	Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott 10,G,G1,Ei,M,Me,La Art. 4590 ☒ ● L	Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl 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,Fi,M,Me,La,Sn Art. 4402 ● L	Zartes Schweinegeschnetzeltes in Soße mit buntem Gemüsemix, 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	Rinderroulade in kräftiger Bratensoße mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn Art. 4203 ●	Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung G,G1,Ei,M,Me,La Art. 4515 ☒ L
So	Panierter Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel G,G1,Fi,M,Me,La,S,Sn Art. 4472 ● L	Senfrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rüben Gemüse, 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 ☒ ●	Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse "naturell" und Gabelspaghetti G,G1,M,Me,La,S Art. 4755 ●

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 Süßungsmittel(n) 10=mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n) 20=mit Nitritpökelsalz ☒ = mit Alkohol ☒ = vegetarisch ☒ = Menüs mit mind. 25g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g ☒ = enthält Zutaten 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=Sellerie Sb=Soja Sd=Schwefeldioxid u. Sulfite Sf=Schalenfrüchte Sf1=Mandeln Sf2=Haselnüsse Sn=Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.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.