






























C&C

	Menü 1 Bio, vegetarisch € 6,75	Menü 2 € 6,75	Menü 3 Schweinefleischfrei € 6,75	Menü 4 € 6,75	Mini Menü 1 Bio, vegetarisch € 5,70/Sa.+So. s. Spalte 1	Mini Menü 2 € 5,70/Sa.+So. s. Spalte 1	Menü 7 Kalt Menüs € 6,75	Menü 8 € 6,75
<b>MO 04.03.</b>	<b>Bio Kartoffel-Porree-Auflauf</b> mit jungem Gouda überbacken  100g enthalten: kJ 201 kcal 48 ZIA 4, 11a, 17	<b>Schweinelummeerbraten</b> in Bratensauce, dazu Rotkohl und Mini-Kartoffelknödel  100g enthalten: kJ 173 kcal 41 ZIA 2, 4, 5, 11a, 17, 20, 22	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> auf Gabelspaghetti, dazu Tomatensauce und Bohnensalat in Rahm  100g enthalten: kJ 409 kcal 98 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19, 20	<b>Bunte Nudeln</b> mit feiner Käse-Schinken-Sauce (enthält Schwein), dazu Bohnensalat in Rahm  100g enthalten: kJ 394 kcal 94 ZIA 1, 2, 3, 4, 5, 10, 11a, 13, 17, 20	<b>Bio Kartoffel-Porree-Auflauf</b> mit jungem Gouda überbacken  100g enthalten: kJ 201 kcal 48 ZIA 4, 11a, 17	<b>Schweinelummeerbraten</b> in Bratensauce, dazu Rotkohl und Mini-Kartoffelknödel  100g enthalten: kJ 232 kcal 56 ZIA 2, 4, 5, 11a, 17, 20, 22	<b>Roter Linsensalat</b> dazu Kräuterquark und Hähnchenbruststreifen 100g enthalten: kJ 384 kcal 92 ZIA 17, 20	<b>Rindfleisch aus der Keule</b> mit Meerrettichsauce, dazu Rote Beete Gemüse und Bouillonkartoffeln 100g enthalten: kJ 303 kcal 72 ZIA 2, 4, 5, 9, 11a, 17, 19, 22
<b>DI 05.03.</b>	<b>Bio Kartoffel-Möhreneintopf</b> mit Kartoffel- und Möhrenwürfeln  100g enthalten: kJ 148 kcal 35 ZIA 11a	<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 196 kcal 47 ZIA 2, 5, 7, 10, 11a, 13, 17, 20, 22	<b>Rührei</b> mit Rahmpinac und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 406 kcal 97 ZIA 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 22	<b>Hähnchenbruststreifen</b> in Tomaten-Joghurtsauce, dazu Reis und Krautsalat  100g enthalten: kJ 281 kcal 67 ZIA 2, 11a, 17, 19, 20	<b>Bio Kartoffel-Möhreneintopf</b> mit Kartoffel- und Möhrenwürfeln  100g enthalten: kJ 148 kcal 35 ZIA 11a	<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 262 kcal 63 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	<b>Rheinische Schinkenwurst</b> vom Schwein mit Portionssenf, dazu Kartoffelsalat (Mayonnaise, Gewürzgerken und Zwiebeln) und Ei  100g enthalten: kJ 656 kcal 157 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 10, 13, 20, 22	<b>Schweinefrikadelle "Jäger Art"</b> in Champignonsauce, dazu Kartoffelpüree und Krautsalat  100g enthalten: kJ 421 kcal 101 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22
<b>MI 06.03.</b>	<b>Bio Omelette</b> auf Tomaten-Gemüserais, dazu Kräuterquark  100g enthalten: kJ 333 kcal 80 ZIA 4, 11a, 13, 17	<b>Nürnberger Rostbratwurstchen vom Schwein</b> in Champignonsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 340 kcal 81 ZIA 2, 11a, 17	<b>Lammhacksteak</b> in Tomatensauce, dazu Ratatouillegemüse und Reis 100g enthalten: kJ 249 kcal 59 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19	<b>Makkaroni- Käseauflauf</b> mit Semmelbröseln und Karottensalat  100g enthalten: kJ 398 kcal 95 ZIA 1, 2, 3, 10, 11a, 17	<b>Bio Omelette</b> auf Tomaten-Gemüserais, dazu Kräuterquark  100g enthalten: kJ 333 kcal 80 ZIA 4, 11a, 13, 17	<b>Nürnberger Rostbratwürste vom Schwein</b> in Champignonsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 271 kcal 65 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	<b>Heringssalat "Mediterran"</b> mit Paprika, Gurke und Oliven, dazu Kartoffelsalat natur mit Schnittlauch 100g enthalten: kJ 671 kcal 160 ZIA 2, 4, 5, 9, 13, 14, 17, 20, 22	<b>Schweinelummeerbraten</b> mit Paprika, Gurke und Oliven, dazu Blumenkohlgemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 270 kcal 64 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22
<b>DO 07.03.</b>	<b>Bio Penne</b> mit fruchtiger Tomatensauce  100g enthalten: kJ 216 kcal 51 ZIA 11a, 19	<b>Hähnchenbrust</b> in Curry-Fruchtsauce mit Vollkornreis, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing  100g enthalten: kJ 141 kcal 34 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Rindergulasch</b> mit Rotkohl, dazu Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 211 kcal 50 ZIA 2, 5, 11a, 22	<b>Vegetarische Sojafrikadelle</b> auf Kohlrabigemüse, dazu Salzkartoffeln und Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 317 kcal 76 ZIA 2, 5, 11a, 16, 17, 20, 22	<b>Bio Penne</b> mit fruchtiger Tomatensauce  100g enthalten: kJ 216 kcal 51 ZIA 11a, 19	<b>Hähnchenbrust</b> in Curry-Fruchtsauce mit Vollkornreis, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 219 kcal 52 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Salatplatte "France"</b> Salate der Saison mit Weißkohl- und Karottenstreifen, dazu Käsestreifen und Vinaigrette 100g enthalten: kJ 388 kcal 93 ZIA 17	<b>Wirsingintopf "Bürgerlich"</b> dazu Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 302 kcal 72 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22
<b>FR 08.03.</b>	<b>Bio Vollkornnudelaufwurf</b> mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda  100g enthalten: kJ 260 kcal 62 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	<b>Fischfrikadelle</b> mit Dill-Joghurtsauce, dazu Kartoffeln und Gurkensalat  100g enthalten: kJ 279 kcal 67 ZIA 4, 5, 11a, 13, 14, 17, 19, 20, 22	<b>Putenbraten</b> in Bratensauce, dazu ZucchiniGemüse und Vollkornreis 100g enthalten: kJ 177 kcal 42 ZIA 2, 11a, 17	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Champignons und Spargel, dazu Möhrengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 270 kcal 64 ZIA 4, 11a, 17	<b>Bio Vollkornnudelaufwurf</b> mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda  100g enthalten: kJ 260 kcal 62 ZIA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	<b>Fischfrikadelle</b> mit Dill-Joghurtsauce, dazu Kartoffeln und Gurkensalat 100g enthalten: kJ 367 kcal 88 ZIA 4, 5, 11a, 14, 17, 19, 20, 22	<b>Gegrillte Hähnchenkeule</b> auf Reissalat mit Bärlauch, Früchte- und Ananasgarnitur 100g enthalten: kJ 746 kcal 178 ZIA 2, 4, 13, 20	<b>Kohlroulade "Hausfrauen Art"</b> mit Schweinehackfleischfüllung in Specksauce, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 416 kcal 99 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17, 22
<b>SA 09.03.</b>	<b>Bio Reis</b> mit Champignon-Rahm-Sauce und Erbsen-Möhrengemüse  100g enthalten: kJ 205 kcal 49 ZIA 4, 11a, 17, 19	<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 341 kcal 81 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	<p><b>Rufen Sie uns an, wir helfen Ihnen den Alltag zu bewältigen.....</b> Tel.: 02306 / 30 611 284 - Fax: 02306 / 30 611 255</p> <p><b>Bestellungen:</b> Ihre Wochenbestellungen benötigen wir bis Mittwoch der Vorwoche bis 12:30 Uhr. Nach- und Umbestellungen erfordern 3 Arbeitstage Vorlauf bis 12:30 Uhr. An Samstagen, Sonn- und Feiertagen sind Änderungen nicht möglich.</p> <p><b>Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Lünen e.V.</b> - MAHLZEITENDIENST - Spormeckerplatz 1 a, 44532 Lünen</p>					<b>Grüner Erbseneintopf</b> mit Kartoffeln, Sellerie, Karotten und Porree, dazu Bockwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 357 kcal 85 ZIA 3, 5, 10, 17, 19, 22
<b>SO 10.03.</b>	<b>Bio Vollkornspirelli</b> mit Tomatengemüsesauce (Erbsen, Möhre, Sellerie)  100g enthalten: kJ 253 kcal 60 ZIA 11, 11a	<b>"Königsberger Klopse"</b> vom Schwein in Kapernsauce, dazu Rote Bete Gemüse und Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 326 kcal 78 ZIA 2, 4, 5, 9, 11a, 13, 17, 19, 22						



Die Angaben über kcal/kJ sind Durchschnittswerte, die sich auf 100 g des Menüs beziehen. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gemäß EG-Öko-Verordnung gekocht. Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene. Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen und Informationen: 1=Farbstoff; 2=Säuerungsmittel; 3=Konservierungsmittel; 4=Verdickungsmittel; 5=Antioxidationsmittel; 6=aus Fleischteilen zusammengefügt; 7=Nitritpökelsalz; 8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21= Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.