


























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</b> <b>07.01.</b>	<b>Bio Nudelauflauf</b> mit Möhren und Erbsen, überbacken mit jungem Gouda  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 274 kcal 66 ZIA 4, 11a, 17	<b>Hähnchengulasch</b> mit Salzkartoffeln, dazu Bohnensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 368 kcal 88 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	<b>Rinderbraten</b> in Bratensauce, dazu Fingermöhren und Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 211 kcal 51 ZIA 2, 11a, 17, 22	<b>Reisbratling</b> auf Kartoffel-Kürbis-Püree, dazu Möhrengemüse  100g enthalten: kJ 364 kcal 87 ZIA 2, 5, 11a, 16, 17, 18, 19, 20, 22	<b>Bio Nudelauflauf</b> mit Möhren und Erbsen, überbacken mit jungem Gouda  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 274 kcal 66 ZIA 4, 11a, 17	<b>Hähnchengulasch</b> mit Salzkartoffeln, dazu Bohnensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 368 kcal 88 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	<b>Schinkenbraten vom Schwein</b> dazu Kartoffelsalat (Mayonnaise, Gewürzgurken und Zwiebeln) und Remouladen-Sauce 100g enthalten: kJ 750 kcal 179 ZIA 4, 5, 9, 13, 20, 22	<b>Schweineroulade mit Hackfleischfüllung</b> in Kräuter-Senfauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 288 kcal 69 ZIA 2, 4, 5, 11a, 17, 20, 22
<b>DI</b> <b>08.01.</b>	<b>Bio Vollkornspirelli</b> mit Tomatengemüsesauce (Erbsen, Möhre, Sellerie)  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 253 kcal 60 ZIA 11, 11a	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit fruchtiger Curryrahmsauce, dazu Karotten natur und Reis 100g enthalten: kJ 290 kcal 69 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Rindergeschnetzeltes</b> mit Rotkohl und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 259 kcal 62 ZIA 2, 5, 11a, 20, 22	<b>Falafelbällchen</b> auf Djuvetschreis, dazu Gurkensalat in Rahm  100g enthalten: kJ 509 kcal 122 ZIA 2, 3, 11, 11a, 13, 17, 20	<b>Bio Vollkornspirelli</b> mit Tomatengemüsesauce (Erbsen, Möhre, Sellerie)  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 253 kcal 60 ZIA 11, 11a	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b> mit fruchtiger Curryrahmsauce, dazu Karotten natur und Reis 100g enthalten: kJ 290 kcal 69 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Pikanter Nudelsalat</b> Gabelspaghetti mit Kidneybohnen, Mais und Erbsen in pikanter Sauce, garniert mit Thunfisch und Ei 100g enthalten: kJ 659 kcal 157 ZIA 2, 4, 11a, 13, 14, 16, 20	<b>Rührei</b> mit Rahmpinac und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 406 kcal 97 ZIA 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 22
<b>MI</b> <b>09.01.</b>	<b>Bio Tomaten-Rahmsuppe</b> mit Reiseinlage  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 323 kcal 77 ZIA 4, 11a, 17, 19	<b>Schweinebratwurst</b> in fruchtiger Curry- Joghurtsauce, dazu Schmorkohl und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 577 kcal 138 ZIA 2, 10, 11a, 17, 20, 22	<b>Hähnchenbrust</b> in fruchtiger Curry- Joghurtsauce, dazu Vollkornreis und Blattsalat mit Joghurt dressing  100g enthalten: kJ 228 kcal 55 ZIA 2, 4, 11a, 17, 20	<b>Geflügelbolognese</b> mit Spaghetti, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 235 kcal 56 ZIA 2, 11a, 17, 22	<b>Bio Tomaten-Rahmsuppe</b> mit Reiseinlage  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 323 kcal 77 ZIA 4, 11a, 17, 19	<b>Schweinebratwurst</b> in dunkler Sauce, dazu Schmorkohl und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 346 kcal 83 ZIA 2, 5, 10, 11a, 17, 20, 22	<b>Salatplatte "Leicht"</b> Salate der Saison mit Weißkohl- und Karottenstreifen, dazu Ei und Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 209 kcal 50 ZIA 2, 13, 17	<b>Heringsstipp "Rheinische Art"</b> mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken, dazu Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 606 kcal 145 ZIA 2, 4, 5, 9, 13, 14, 17, 20, 22
<b>DO</b> <b>10.01.</b>	<b>Bio Penne</b> mit Champignon-Rahm-Sauce  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft  100g enthalten: kJ 226 kcal 54 ZIA 4, 11a, 17, 19	<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 346 kcal 83 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	<b>Putenbraten</b> in Bratensauce, dazu Brokkoli und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 237 kcal 57 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	<b>Korkenziehernudeln</b> mit Brokkoli in Käse-Rahmsauce, dazu Blattsalat mit Hausdressing 100g enthalten: kJ 252 kcal 60 ZIA 1, 4, 10, 11a, 13, 17, 19, 20	<b>Bio Penne</b> mit Champignon-Rahm-Sauce  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 226 kcal 54 ZIA 4, 11a, 17, 19	<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 346 kcal 83 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	<b>Geflügelbockwurst</b> mit Kartoffelsalat (Mayonnaise, Gewürzgurken und Zwiebeln), dazu Ketchup 100g enthalten: kJ 601 kcal 144 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 13, 19, 20, 22	<b>Geräucherte Schweinemettwurst</b> auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 313 kcal 75 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22
<b>FR</b> <b>11.01.</b>	<b>Bio Spaghetti</b> mit Tomatensauce  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 242 kcal 58 ZIA 11, 11a, 19	<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl in Rahm und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 262 kcal 62 ZIA 2, 11a, 13, 17	<b>Vegetarische Sojafrikadelle</b> auf Kartoffel-Möhren-Untereinander, dazu Kräuter-rahmsauce und Blattsalat mit Joghurt dressing 100g enthalten: kJ 329 kcal 79 ZIA 1, 2, 4, 5, 10, 11a, 16, 17, 19, 20, 22	<b>Lachs-Gemüse-Kartoffelaufbau</b> mit Erbsen und Möhren, überbacken mit Gouda, dazu Blattsalat mit Joghurt dressing  100g enthalten: kJ 397 kcal 95 ZIA 1, 4, 5, 10, 11a, 17, 22	<b>Bio Spaghetti</b> mit Tomatensauce  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 242 kcal 58 ZIA 11, 11a, 19	<b>Putensteak</b> in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl in Rahm und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 262 kcal 62 ZIA 2, 11a, 13, 17	<b>Apfelstrudelschnitten</b> mit feiner Vanillesauce 100g enthalten: kJ 524 kcal 125 ZIA 1, 2, 11a, 17	<b>Schweinelummerbraten "Prager Art"</b> in Bratensauce, dazu Wirsing und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 291 kcal 70 ZIA 2, 3, 5, 7, 11a, 17, 20, 22
<b>SA</b> <b>12.01.</b>	<b>Bio Reis</b> mit Kräuter-Rahmsauce, dazu Erbsen-Möhrengemüse  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 221 kcal 53 ZIA 4, 11a, 17, 19	<b>Hühnerfrikassee</b> mit Champignons und Spargel, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 298 kcal 71 ZIA 4, 11a, 17	<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>Wirsingintopf "Bürgerlich"</b> dazu Bockwurst vom Schwein   100g enthalten: kJ 350 kcal 84 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22		
<b>SO</b> <b>13.01.</b>	<b>Bio Gemüseeintopf</b> mit Sellerie, Karotte, Porree und Kartoffel  DE-ÖKO-006 EU-Landwirtschaft 100g enthalten: kJ 175 kcal 42 ZIA 11a, 19	<b>Schweinegulasch</b> mit Schwarzwurzel und Mini-Kartoffelknödeln  100g enthalten: kJ 343 kcal 82 ZIA 2, 4, 11a, 17						



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.