






















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	
MO 14.01.	Bio Kartoffeln mit Blumenkohl natur, dazu Kräuter-Rahm-Sauce  100g enthalten: kJ 220 kcal 53 ZIA 4, 5, 11a, 17, 19	Hähnchenschnitzel "Jäger Art" auf Reis, dazu Champignonsauce und Erbsengemüse 100g enthalten: kJ 320 kcal 77 ZIA 2, 11a, 17	Geflügelfrikadelle in dunkler Sauce mit Spirelli, dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 331 kcal 79 ZIA 2, 3, 11a, 13	Kartoffel-Spinat-Auflauf mit feiner Käsesauce, überbacken mit jungem Gouda dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 393 kcal 94 ZIA 1, 2, 3, 5, 10, 11a, 17, 22	Bio Kartoffeln mit Blumenkohl natur, dazu Kräuter-Rahm-Sauce  100g enthalten: kJ 220 kcal 53 ZIA 4, 5, 11a, 17, 19	Hähnchenschnitzel "Jäger Art" auf Reis, dazu Champignonsauce und Erbsengemüse 100g enthalten: kJ 320 kcal 77 ZIA 2, 11a, 17	Rindercevapcici auf Bulgursalat mit Tomaten, Gurken und Frühlingszwiebeln, dazu Tzatziki 100g enthalten: kJ 417 kcal 100 ZIA 2, 4, 11a, 13, 17, 20	Hähnchenkeule auf Karottengemüse, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 496 kcal 118 ZIA 5, 11a, 17, 22	
DI 15.01.	Bio Vollkornspirelli mit Spinat-Rahm-Sauce  100g enthalten: kJ 255 kcal 61 ZIA 4, 11, 11a, 17	Rindercevapcici in dunkler Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 274 kcal 66 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	Putenbraten in Bratensauce, dazu Brechbohnen und Gabelspaghetti 100g enthalten: kJ 176 kcal 42 ZIA 2, 11a, 17	Hähnchenoberkeule (ohne Knochen) auf Djuwetsch-Vollkornreis und Tzatziki 100g enthalten: kJ 438 kcal 105 ZIA 2, 4, 11a, 13, 17, 20	Bio Vollkornspirelli mit Spinat-Rahm-Sauce  100g enthalten: kJ 255 kcal 61 ZIA 4, 11, 11a, 17	Rindercevapcici in dunkler Sauce, dazu Sauerkraut und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 274 kcal 66 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	Heringsfilet "Matjes Art" in pikanter Mayonnaise mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurken an Speckkartoffelsalat (enthält ) 100g enthalten: kJ 648 kcal 155 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 13, 14, 17, 20, 22	Hausgemachter Hackbraten vom Schwein in Zwiebelsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 234 kcal 56 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	
MI 16.01.	Bio Kartoffelsuppe mit Kartoffelwürfeln und Frischkäse  100g enthalten: kJ 145 kcal 35 ZIA 4, 11a, 17, 19	Hähnchenbruststreifen in Geflügelrahm mit Vollkornspirelli, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 302 kcal 72 ZIA 2, 4, 11a, 17	Kartoffeltaschen auf Kürbispolenta, dazu Rosenkohl in Rahm 100g enthalten: kJ 758 kcal 181 ZIA 5, 17	Lachs-Spinat-Kartoffelauflauf mit jungem Gouda überbacken, dazu Blattsalat mit Joghurdressing  100g enthalten: kJ 362 kcal 87 ZIA 1, 4, 5, 10, 11a, 17, 22	Bio Kartoffelsuppe mit Kartoffelwürfeln und Frischkäse  100g enthalten: kJ 145 kcal 35 ZIA 4, 11a, 17, 19	Hähnchenbruststreifen in Geflügelrahm mit Vollkornspirelli, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 302 kcal 72 ZIA 2, 4, 11a, 17	Vanillepudding mit Kirschsauce und zwei halben Pfirsichen 100g enthalten: kJ 351 kcal 84 ZIA 1, 2, 17	Straßburger Platte mit kleiner Scheibe Kasseler, kleiner Bockwurst und Mettwurst vom Schwein auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 465 kcal 111 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22	
DO 17.01.	Bio Kartoffeln mit Erbsen natur in Tomatengemüsesauce (Erbsen, Möhre, Sellerie)  100g enthalten: kJ 291 kcal 70 ZIA 5, 11a	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch, Paprika, Tomaten und Kidneybohnen, dazu Reis und Blattsalat mit Hausdressing 100g enthalten: kJ 292 kcal 70 ZIA 2, 4, 11a, 13, 20	Putensteak in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl in Rahm und Eierspätzle 100g enthalten: kJ 252 kcal 60 ZIA 2, 11a, 13, 17	Rinderfrikadelle in Tomaten-Joghurt-Sauce mit Vollkornspirelli, dazu Blattsalat mit Hausdressing  100g enthalten: kJ 392 kcal 94 ZIA 2, 4, 11a, 13, 17, 19, 20	Bio Kartoffeln mit Erbsen natur in Tomatengemüsesauce (Erbsen, Möhre, Sellerie)  100g enthalten: kJ 291 kcal 70 ZIA 5, 11a	Chili con Carne mit Rinderhackfleisch, Paprika, Tomaten und Kidneybohnen, dazu Reis und Blattsalat mit Hausdressing 100g enthalten: kJ 292 kcal 70 ZIA 2, 4, 11a, 13, 20	Paniertes Putenschnitzel mit Gewürzgurke, dazu Nudelsalat 100g enthalten: kJ 767 kcal 183 ZIA 2, 3, 4, 5, 9, 11a, 13, 20	Rinderbraten in Bratensauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 234 kcal 56 ZIA 2, 5, 11a, 22	
FR 18.01.	Bio Spaghetti dazu Rahmsauce mit Champignons  100g enthalten: kJ 252 kcal 60 ZIA 4, 11, 11a, 17, 19	Köfte vom Rind in dunkler Sauce, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 287 kcal 69 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Schlemmerfilet vom Alaska Seelachs mit Kräuter-Sensauce und Reis, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 279 kcal 67 ZIA 4, 11a, 14, 17, 19, 20	Hähnchenbrust auf Kartoffelgratin, dazu Blattsalat mit Joghurdressing  100g enthalten: kJ 377 kcal 90 ZIA 1, 5, 10, 17, 22	Bio Spaghetti dazu Rahmsauce mit Champignons  100g enthalten: kJ 252 kcal 60 ZIA 4, 11, 11a, 17, 19	Köfte vom Rind in dunkler Sauce, dazu Möhrengemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 287 kcal 69 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Salatplatte "Mexico" Salate der Saison mit Kidneybohnen, Mais und Hähnchennuggets, dazu Cocktaildressing 100g enthalten: kJ 504 kcal 120 ZIA 2, 4, 5, 6, 10, 11a, 13, 20	Spanische Geflügelpfanne mit Paprika, Champignons, Zwiebeln und Tomaten, dazu Reis und Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 253 kcal 60 ZIA 2, 11a, 17, 22	
SA 19.01.	Bio Erbsen-Spinat-Suppe mit Kartoffelwürfeln  100g enthalten: kJ 172 kcal 41 ZIA 4, 11, 11a, 17	Hähnchenbrustfilet in dunkler Sauce, dazu Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 255 kcal 61 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	Rufen Sie uns an, wir helfen Ihnen den Alltag zu bewältigen..... Tel.: 02306 / 30 611 284 - Fax: 02306 / 30 611 255			 Deutsches Rotes Kreuz			Möhreneintopf "Bürgerlich" dazu Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 329 kcal 79 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22
SO 20.01.	Bio Vollkornnudelaufbau mit Erbsen und Tomaten, überbacken mit jungem Gouda  100g enthalten: kJ 343 kcal 82 ZIA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Putenbraten in Bratensauce, dazu Wirsinggemüse und Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 240 kcal 57 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22	Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Lünen e.V. - MAHLZEITENDIENST - Spomeckerplatz 1 a, 44532 Lünen			Bestellungen: 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.			Rinderfrikadelle auf Lauchgemüse, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 417 kcal 100 ZIA 2, 4, 5, 11a, 13, 17, 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.