



















C&C

	Menü 1 € 6,75	Menü 2 € 6,75	Menü 3 Schweinefleischfrei € 6,75	Menü 4 Bio vegetarisch € 6,75	Mini Menü 1 € 5,70/Sa.+So. s. Spalte 1	Mini Menü 2 € 5,70/Sa.+So. s. Spalte 1	Menü 7 € 6,75	Menü 8 € 6,75
MO 18.11.	Ratatouillegemüse mit Hirtenkäse dazu Reis und Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 502 kcal 120 ZIA 2, 3, 11a, 13, 17, 20	Hähnchenbrust in Currymarinade auf Chinagemüse, dazu Reis 100g enthalten: kJ 452 kcal 108 ZIA 1, 2, 11a, 16, 20	Geflügelbällchen in Sahnesauce, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 541 kcal 129 ZIA 2, 3, 4, 5, 11a, 13, 17, 19, 20, 22	Bio Kartoffelsuppe mit Kartoffelwürfeln und Frischkäse  100g enthalten: kJ 190 kcal 45 ZIA 4, 11a, 17, 19	Ratatouillegemüse mit Hirtenkäse dazu Reis und Gurkensalat in Rahm 100g enthalten: kJ 502 kcal 120 ZIA 2, 3, 11a, 13, 17, 20	Hähnchenbrust in Currymarinade auf Chinagemüse, dazu Reis 100g enthalten: kJ 452 kcal 108 ZIA 1, 2, 11a, 16, 20	Spinatknödel in Sahnesauce, dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat in Rahm  100g enthalten: kJ 555 kcal 132 ZIA 2, 3, 4, 5, 11a, 13, 17, 19, 20, 22	Kaltmenü: Geflügelbockwurst mit Kartoffelsalat, dazu Ketchup 100g enthalten: kJ 606 kcal 145 ZIA 2, 3, 4, 5, 7, 9, 13, 19, 20, 22
DI 19.11.	Reibekuchen mit feinem Apfelmus 100g enthalten: kJ 418 kcal 100 ZIA 2, 5, 11a, 11c, 13	Backkäse auf Maisgemüse, dazu Tomatensauce und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 404 kcal 97 ZIA 2, 5, 11, 11a, 13, 17, 19, 22	Hühnerfrikassee mit Champignons und Spargel, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 438 kcal 105 ZIA 4, 11a, 17	Bio Vollkornspirelli mit Tomatengemüsesauce (Erbsen, Möhre)  100g enthalten: kJ 585 kcal 140 ZIA 11, 11a	Reibekuchen mit feinem Apfelmus 100g enthalten: kJ 536 kcal 128 ZIA 2, 5, 11a, 11c, 13	Backkäse auf Maisgemüse, dazu Tomatensauce und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 404 kcal 97 ZIA 2, 5, 11, 11a, 13, 17, 19, 22	Falafelbällchen auf Curry-Frucht-Reis, dazu Chinakohlsalat  100g enthalten: kJ 489 kcal 117 ZIA 2, 11, 11a, 17, 20	Straßburger Platte mit kleiner Scheibe Kasseler, kleiner Bockwurst und Mettwurst vom Schwein auf Speck, Sauerkraut und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 467 kcal 111 ZIA 3, 5, 7, 10, 17, 22
MI 20.11.	Kartoffel-Spinat-Auflauf mit feiner Käsesauce, überbacken mit jungem Gouda dazu Karottensalat  100g enthalten: kJ 391 kcal 93 ZIA 1, 2, 3, 5, 10, 11a, 17, 22	Geflügelbolognese mit Gabelspaghetti, dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 473 kcal 113 ZIA 2, 3, 5, 11a, 22	Lammhacksteak auf Ratatouillegemüse, dazu Vollkornpenne 100g enthalten: kJ 586 kcal 140 ZIA 2, 11a, 13	Bio Erbsen-Spinat-Suppe mit Kartoffelwürfeln  100g enthalten: kJ 186 kcal 44 ZIA 4, 11a, 17	Kartoffel-Spinat-Auflauf mit feiner Käsesauce, überbacken mit jungem Gouda dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 391 kcal 93 ZIA 1, 2, 3, 5, 10, 11a, 17, 22	Geflügelbolognese mit Gabelspaghetti, dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 473 kcal 113 ZIA 2, 3, 5, 11a, 22	Vegetarische Gemüsebolognese (Karotte, Sellerie) mit Gabelspaghetti, dazu Karottensalat 100g enthalten: kJ 436 kcal 104 ZIA 2, 3, 11a, 19, 20	Kohlrabicremesuppe mit Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 176 kcal 42 ZIA 3, 5, 10, 11a, 17, 19
DO 21.11.	Schweinefrikadelle in Tomatensauce, dazu Wildreis  100g enthalten: kJ 479 kcal 114 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19	Röstitaler mit tomatisiertem Bulgur (Erbsen und Tomate) und Kräuter-Quark-Dip 100g enthalten: kJ 564 kcal 135 ZIA 2, 10, 11a, 17	Putenbraten in Bratensauce, dazu Brokkoli natur und Vollkornpenne  100g enthalten: kJ 428 kcal 102 ZIA 2, 11a	Bio Pfannkuchen mit Spinat-Rahm-Sauce  100g enthalten: kJ 337 kcal 81 ZIA 2, 4, 11a, 17	Schweinefrikadelle in Tomatensauce, dazu Wildreis  100g enthalten: kJ 479 kcal 114 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19	Röstitaler mit tomatisiertem Bulgur (Erbsen und Tomate) und Kräuter-Quark-Dip 100g enthalten: kJ 564 kcal 135 ZIA 2, 10, 11a, 17	Zucchini-Möhren-Puffer auf Wildreis, dazu Tomatensauce 100g enthalten: kJ 419 kcal 100 ZIA 2, 11a, 13, 17, 19	Pilzpfanne mit Lauch dazu Vollkornpenne 100g enthalten: kJ 478 kcal 114 ZIA 1, 4, 10, 11a, 17
FR 22.11.	Chinagemüse-Nudel-Pfanne mit Spaghetti und Hähnchenfleisch 100g enthalten: kJ 403 kcal 96 ZIA 2, 11a, 13, 16, 22	Hausgemachter Hackbraten vom Schwein auf Ananassauerkraut, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 268 kcal 64 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Fischstäbchen (Seelachsfilet) mit Rahmspinat, dazu Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 299 kcal 71 ZIA 4, 5, 11, 11a, 14, 17, 22	Bio Ravioliauflauf mit Erbsen und Möhren, überbacken mit jungem Gouda  100g enthalten: kJ 485 kcal 116 ZIA 4, 11a, 17, 19	Chinagemüse-Nudel-Pfanne mit Spaghetti und Hähnchenfleisch 100g enthalten: kJ 403 kcal 96 ZIA 2, 11a, 13, 16, 22	Hausgemachter Hackbraten vom Schwein auf Ananassauerkraut, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 268 kcal 64 ZIA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Chinagemüse-Nudel-Pfanne mit Spaghetti, Porree, Möhre und Weißkohl 100g enthalten: kJ 377 kcal 90 ZIA 2, 11a, 13, 16, 22	Rostbratwurst vom Schwein in Champignonsauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 345 kcal 82 ZIA 2, 5, 10, 11a, 17, 22
SA 23.11.	Serbischer Bohneneintopf mit Kartoffelwürfeln, weißen Bohnen und Paprika, dazu Sojabällchen  100g enthalten: kJ 245 kcal 58 ZIA 4, 5, 11a, 16, 19, 22	Sauerbratengulasch vom Rind mit Spirelli und feinem Apfelmus 100g enthalten: kJ 1000 kcal 239 ZIA 2, 5, 11a, 22	<p>Rufen Sie uns an, wir helfen Ihnen den Alltag zu bewältigen..... Tel.: 02306 / 30 611 284 - Fax: 02306 / 30 611 255</p> <p>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.</p> <p>Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Lünen e.V. - MAHLZEITENDIENST - Spormeckerplatz 1 a, 44532 Lünen</p>			Schweinegulasch mit Leipziger Allerlei und Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 269 kcal 64 ZIA 2, 5, 11a, 17, 22		
SO 24.11.	Backkäse auf Rahmspinat, dazu Spirellinudeln 100g enthalten: kJ 605 kcal 144 ZIA 2, 4, 11, 11a, 13, 17	Hähnchengulasch "Gyros Art" mit Paprika, dazu Reis und Brechbohngemüse  100g enthalten: kJ 357 kcal 85 ZIA 2, 11a						



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.