

# IHR SPEISEPLAN

für 21.07.2025 - 27.07.2025 KW 30

Änderungswünsche sind jeweils bis 14:30 Uhr des Vortages möglich. Für Änderungen Ihrer Wochenendbestellung informieren Sie uns bitte bis Freitag 12:00 Uhr.

Wochenend-/Feiertagspauschale: 0,30 € pro Menü.

# Arbeiterwohlfahrt

Kreisverband Chemnitz und Umgebung e.V.

Küche »la cuisine« · Zwickauer Str. 247a · 09116 Chemnitz  
 info@la-cuisine-chemnitz.de · www.awo-chemnitz.de  
 Fax: 0371 495017-11

Tel: 0371 261022 - 10



# IHR SPEISEPLAN

für 21.07.2025 - 27.07.2025 KW 30

Name

Straße

PLZ/Ort

MENÜ	1 Tagesgericht 1 "klassisch & hausgemacht"	2 Tagesgericht 2 "Traditionell & herzhaft"	3 Tagesgericht 3 "vegetarisch"	4 Tagesgericht 4 "Gericht der Woche"	5 Tagesgericht 5 "fein & klein"	N Nudelgericht "appetitlich"	6 Salat der Woche "knackig & frisch"	7 Nachtisch "fruchtig & süß"	A Abendessen "appetitlich"		
Mo 21.07.	<b>Möhreneintopf</b> mit Würstchenscheiben [2,3,8,A(A1)] 372,8 Kcal - 8,3 EW 7,2 Fett - 48,3 KH 5,90 €	<b>Hühnerfrikassee</b> mit buntem Gemüse [1,A(A1)G] und Langkornreis 575,2 Kcal - 27,3 EW 17,3 Fett - 75,7 KH 6,90 €	<b>Vegane Hackrolle mit Tomatenfüllung</b> [A(A1)M], dazu vegane Bratensoße [A(A1)] und Kartoffelpüree [1,G] 291,7 Kcal - 7 EW 8,1 Fett - 45,6 KH 5,90 €	Bestellbar von Montag bis Sonntag  <b>Lammkoteletts</b>  mit Rotweinsoße [A(A1)O], dazu Speck-Bohnen [1] und Kartoffelgratin [A(A1)G]  944,7 Kcal - 46,6 EW 63,6 Fett - 39,3 KH 9,40€ / 9,70€ (Wochenende)	<b>Hähnchenoberkeule</b> in feiner Soße mit buntem Gemüse "naturell" und Gabelspaghetti [A(A1)GL] 438,7 Kcal - 23 EW 21,3 Fett - 34,9 KH 9,10 €	Bestellbar von Montag bis Sonntag  <b>Bandnudeln</b>  [A(A1)] mit Steinpilzcreme [3] und frischen Champignons  402,9 Kcal - 16,1 EW 7,5 Fett - 63,9 EW 5,90€ / 6,20€ (Wochenende)	<b>Bestellbar von Montag bis Sonntag</b>  <b>Frischer Feldsalat</b>  mit Cocktailtomaten und Walnüssen [H(H3)], dazu fruchtiges Dressing und ein Baguettebrötchen [A(A1)]  266,8 Kcal - 7,2 EW 5,6 Fett - 44,8 KH 5,20€ / 5,50€ (Wochenende)	<b>Buttermilchdessert</b> Orange-Limette [G] 339 Kcal - 10,8 EW 12,9 Fett - 42,9 KH 2,50 €	<b>Kochschinken</b> [2,3,8], Paprikapastete [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Camembert [G], Markenbutter [G], 2 Scheiben Roggenmischbrot [A(A1A2)], 2 Scheiben Vollkornbrot [A(A2A3)] 645,9 Kcal - 16 EW 51,2 Fett - 35,3 KH 4,10 €		
Di 22.07.	<b>Soljanka</b> [2,3,8,9,A(A1)LM] mit Brötchen [A(A1A3)] 634,6 Kcal - 23 EW 40,5 Fett - 41,6 KH 5,90 €	<b>Gulasch "halb &amp; halb"</b> [A(A1)] mit Makkaroni [A(A1)] 702,9 Kcal - 45,7 EW 19,4 Fett - 83,7 KH 6,90 €	<b>Bunte Tortelloni mit Frischkäsefüllung</b> [A(A1)CG] und fruchtiger Tomatensoße [1,A(A1)] 645,5 Kcal - 27,4 EW 14,1 Fett - 96,6 KH 5,90 €		<b>Pfannkuchen</b> mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung [9,A(A1)CG] 381,6 Kcal - 15,1 EW 7,6 Fett - 60,1 KH 9,10 €			<b>Erdbeerkompott</b> mit Vanillesoße [1,G] 217,5 Kcal - 3 EW 1,3 Fett - 45,4 KH 2,50 €	<b>Lachsfiletstücke vom Alaska-Seelachs</b> in Senfsoße mit buntem Gemüse [A(A1)DGM] 399,6 Kcal - 13,3 EW 17,8 Fett - 44,8 KH 9,10 €	<b>Rote Grütze</b> [1,A(A1)] mit Vanillesoße [1,G] 303 Kcal - 3,7 EW 6,5 Fett - 55,6 KH 2,50 €	<b>Salami</b> [2,3], Schinkenpastete [2,3,8], Leberwurst fein [2,3], Schnittlauch-Frischkäse [G], Markenbutter [G], 2 Scheiben Vollkornbrot [A(A2A3)], 2 Scheiben Roggenmischbrot [A(A1A2)] 643,9 Kcal - 14,4 EW 51,3 Fett - 36,8 KH 4,10 €
Mi 23.07.	<b>Zwei gekochte Eier</b> [C] in Senfsoße [1,A(A1)M] mit Apfelrotkohl [1,3,A(A1)] und Butterkartoffeln [G] 529 Kcal - 21,7 EW 24,6 Fett - 52,7 KH 5,90 €	<b>Wirsingroulade</b> [GM] mit Rahmbratensoße [A(A1)G] und Kartoffelpüree [1,G] 639,4 Kcal - 17 EW 38,7 Fett - 53,2 KH 6,90 €	<b>Blumenkohl-medaille</b> [A(A1)CG] mit Rahmmischgemüse [1,A(A1)G] und Salzkartoffeln 471,4 Kcal - 14 EW 13 Fett - 71,8 KH 5,90 €		<b>Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs</b> in Senfsoße mit buntem Gemüse [A(A1)DGM] 399,6 Kcal - 13,3 EW 17,8 Fett - 44,8 KH 9,10 €			<b>Nougatcreme</b> [FGH(H2)] mit Sauerkirschkompott 394,1 Kcal - 2,5 EW 31,4 Fett - 25,1 KH 2,50 €	<b>Rindfleisch in Meerrettichsoße</b> dazu Erbsen "naturell" und Salzkartoffeln [A(A1)G] 327,2 Kcal - 20,3 EW 10,1 Fett - 33,5 KH 9,10 €	<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Kochschinken</b> [2,3,8], Paprikapastete [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Camembert [G], Markenbutter [G], 2 Scheiben Roggenmischbrot [A(A1A2)], 2 Scheiben Vollkornbrot [A(A2A3)] 645,9 Kcal - 16 EW 51,2 Fett - 35,3 KH 4,10 €
Do 24.07.	<b>Zwei große Kartoffelreibekekuchen</b> [2,3,0] mit Apfelmus [3] 327,2 Kcal - 5,3 EW 0,5 Fett - 72,5 KH 5,90 €	<b>Schweinegeschnetzeltes "Züricher Art"</b> mit Champignons [1,A(A1)G] und Eierknöpfle [A(A1A5)C] 811,2 Kcal - 39,7 EW 38,5 Fett - 75,1 KH 6,90 €	<b>Gemüsefrikadelle</b> [A(A1)C] mit Petersiliensauce [1,A(A1)G] und Tomatenreis 515,5 Kcal - 12,9 EW 15,2 Fett - 76,9 KH 5,90 €		<b>Rindfleisch in Meerrettichsoße</b> dazu Erbsen "naturell" und Salzkartoffeln [A(A1)G] 327,2 Kcal - 20,3 EW 10,1 Fett - 33,5 KH 9,10 €			<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Saftiger Schweinebraten</b> in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln [99,FR] 254,6 Kcal - 13,7 EW 5,7 Fett - 33,8 KH 9,10 €	<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Kochschinken</b> [2,3,8], Paprikapastete [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Camembert [G], Markenbutter [G], 2 Scheiben Roggenmischbrot [A(A1A2)], 2 Scheiben Vollkornbrot [A(A2A3)] 645,9 Kcal - 16 EW 51,2 Fett - 35,3 KH 4,10 €
Fr 25.07.	<b>Steckrüben-Kartoffeleintopf "Ackersegen"</b> mit Rauchfleisch [2,3,8,A(A1)] 366,2 Kcal - 18,6 EW 14 Fett - 38,4 KH 5,90 €	<b>Fischfilet (natur)</b> [D], dazu Kohlrabigemüse in Rahm [1,A(A1)G] und Salzkartoffeln 333,8 Kcal - 8,3 EW 14,7 Fett - 39,9 KH 6,90 €	<b>Drei Eierpfannkuchen mit Heidelbeerfüllung</b> [A(A1)CG] und Vanillesoße [1,G] 451,6 Kcal - 14,2 EW 8,3 Fett - 76,6 KH 5,90 €		<b>Rindfleisch in Meerrettichsoße</b> dazu Erbsen "naturell" und Salzkartoffeln [A(A1)G] 327,2 Kcal - 20,3 EW 10,1 Fett - 33,5 KH 9,10 €			<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Saftiger Schweinebraten</b> in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln [99,FR] 254,6 Kcal - 13,7 EW 5,7 Fett - 33,8 KH 9,10 €	<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Kochschinken</b> [2,3,8], Paprikapastete [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Camembert [G], Markenbutter [G], 2 Scheiben Roggenmischbrot [A(A1A2)], 2 Scheiben Vollkornbrot [A(A1A2)] 643,9 Kcal - 14,4 EW 51,3 Fett - 36,8 KH 4,10 €
Sa 26.07.	<b>Hörnchennudeln</b> [A(A1)C] mit Spinat-Käsesoße [1,A(A1)G] 484,5 Kcal - 16 EW 19,9 Fett - 58,8 KH 6,20 €	<b>Geschmortes Schweinshaxerl</b> in Kümmelsoße [A(A1)], dazu Sauerkraut mit Speck [1,M] und Butterkartoffeln [G] 340,2 Kcal - 30,3 EW 23,5 Fett - 49,1 KH 7,20 €	<b>Kuchenangebot</b> A Apfelkuchen [A(A1)G] 249 Kcal - 4,2 EW 7,1 Fett - 40,9 KH K Kirschkuchen [A(1)C,G] 438,3 Kcal - 13,7 EW 28,5 Fett - 30 KH B Butterkuchen [A(A1)G,H(H1)] 356 Kcal - 4,1 EW 17,9 Fett - 43,9 KH 2,70 €		<b>Jägerfrikadelle vom Schwein</b> in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln [A(A1)CGLM] 438,3 Kcal - 13,7 EW 28,5 Fett - 30 KH 9,40 €			<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Saftiger Schweinebraten</b> in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln [99,FR] 254,6 Kcal - 13,7 EW 5,7 Fett - 33,8 KH 9,10 €	<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Lachsfiletstücke vom Schwein</b> in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln [A(A1)CGLM] 438,3 Kcal - 13,7 EW 28,5 Fett - 30 KH 9,40 €
So 27.07.	<b>Porreeintopf</b> mit Rindfleisch und Kartoffelwürfel [A(A1)] 314,1 Kcal - 17,2 EW 8 Fett - 40,2 KH 6,20 €	<b>"Cordon bleu" vom Schwein</b> [2,3,A(A1)G] mit hausgemachtem Kartoffelsalat [1,2,3,9,CLM] 786,6 Kcal - 22 EW 49,4 Fett - 61,4 KH 7,20 €	<b>Hühnerfrikassee</b> mit feinem Spargel, dazu bunter Gemüseris [A(A1)GL] 406,8 Kcal - 21,3 EW 17,5 Fett - 39,1 KH 9,40 €		<b>Hühnerfrikassee</b> mit feinem Spargel, dazu bunter Gemüseris [A(A1)GL] 406,8 Kcal - 21,3 EW 17,5 Fett - 39,1 KH 9,40 €			<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Saftiger Schweinebraten</b> in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln [99,FR] 254,6 Kcal - 13,7 EW 5,7 Fett - 33,8 KH 9,10 €	<b>Mandarin-Kompott</b> 177,5 Kcal - 1,5 EW 0,8 Fett - 39 KH 2,50 €	<b>Kochschinken</b> [2,3,8], Paprikapastete [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Camembert [G], Markenbutter [G], 2 Scheiben Roggenmischbrot [A(A1A2)], 2 Scheiben Vollkornbrot [A(A2A3)] 645,9 Kcal - 16 EW 51,2 Fett - 35,3 KH 4,10 €

MENÜ	1	2	3	4	5	N	6	7	A	K
Mo 21.07.										A K B
Di 22.07.										A K B
Mi 23.07.										A K B
Do 24.07.										A K B
Fr 25.07.										A K B
Sa 26.07.										A K B
So 27.07.										A K B

Die Bezeichnungen hinter den einzelnen Speisen im oben aufgeführten Speiseplan haben folgende Bedeutung: **Deklarationspflichtige Zusatzstoffe:** [1] Farbstoff [2] Konservierungsstoff [3] Antioxidationsmittel [4] Geschmacksverstärker [5] geschwefelt [6] geschwärzt [7] gewachst [8] Phosphat [9] Süßungsmittel [10] Phenylalanin-Quelle [11] abführend [12] unter Schutzatmosphäre verpackt [99] frei von deklarationspflichtigen Stoffen **Allergene:** [A] Gluten [A1] Weizen [A2] Roggen [A3] Gerste [A4] Hafer [A5] Dinkel [A6] Kamut [B] Krebs [C] Ei [D] Fisch [E] Erdnuss [F] Soja [G] Milch [H] Schalen [H1] Mandel [H2] Haselnuss [H3] Walnuss [H4] Kaschunuss [H5] Pecanuss [H6] Paranuss [H7] Pistazien [H8] Macadamianuss [H9] Queenslandnüsse [L] Sellerie [M] Senf [N] Sesam [O] Sulfid [P] Lupine [R] Weichtiere [FR] praktisch Allergenfrei, dennoch können Spuren von Allergenen enthalten sein.

\* Über die in unseren Produkten enthaltenen allergenen Zutaten und Verarbeitungshilfsstoffe geben wir Ihnen gern mündlich Auskunft. Eine schriftliche Dokumentation kann jederzeit eingesehen werden.

Bestellungen aus Spalte 7-K sind nur in Verbindung mit einem Menü (Spalte 1-6) möglich. Änderungen vorbehalten