IHR SPEISEPLAN

für **31.01.2022 - 06.02.2022** KW **5**

Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband Chemnitz und Umgebung e.V.
Küche »la cuisine« · Zwickauer Str. 247a · 09116 Chemnitz
Tel: 0371 261022 -10 · Fax: 0371 495017-11 · E-Mail: info@la-cuisine-chemnitz.de
www.awo-chemnitz.de

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

Für unsere Neukunden berechnen wir einmalig für die Warmhaltebox(en) eine Kaution. Der Preis beträgt 15,- Euro pro Essenteilnehmer, für den Fall der Beschädigung einer Box oder falls eine Box abhanden kommt. Die Kaution bekommen Sie bei Beendigung der Lieferung und Rückgabe der Box von unserem Menüboten in bar oder durch Verrechnung mit der letzten Rechnung zurück.

IHR SPEISEPLAN

für **31.01.2022 - 06.02.2022** KW **5**

MENÜ	1	2	3	4	5	6	7	A Abend	B Brot	K Kuchen
Mo 31.01.										A / K / B
Di 01.02.										A / K / B
Mi 02.02.										A / K / B
Do 03.02.										A / K / B
Fr 04.02.										A / K / B
Sa 05.02.										A / K / B
So 06.02.										A / K / B

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"	6 Salat der Woche "knackig & frisch"	7 Nachtisch "fruchtig & süß"	A Abendessen "appetitlich"
Mo 31.01.	**Makkaroni** [A(A1)] dazu Tomatensoße mit Wurstwürfel [1,2,3,8,A(A1)LM], geriebener Käse [G] 751,8 Kcal · 27,7 EW · 35 Fett · 78,5 KH **4,85 €**	**Marinierter Hering** [2,4,D] in Remouladensoße [1,3,9,CGLM] dazu Salzkartoffeln 626,8 Kcal · 14,6 EW · 37 Fett · 55,6 KH **4,95 €**	**"vegetarisch" gefüllte Paprikaschote** [99,CG] mit Tomatensoße [1,A(A1)] und Salzkartoffeln 387,5 Kcal · 10,9 EW · 9,6 Fett · 60 KH **4,85 €**	**Bestellbar von Montag bis Sonntag**	**Herzhaftes Schweinegulasch** mit Gemüse "Leipziger Allerlei" und Spätzle [A(A1)CL] 287,1 Kcal · 17,8 EW · 9,2 Fett · 30,4 KH **5,80 €**	**Bestellbar von Montag bis Freitag**	**Fruchtiger Obstsalat** [3] mit Kokosjoghurt [G] 215,1 Kcal · 5 EW · 9,7 Fett · 24,1 KH **2,00 €**	Emmentaler Scheiben [G], Zwiebelmettwurst [2,3], Frischkäse [G], Kochsalami [2,3,8], Hackfleischröllchen, Pute in Aspik [2,3,8], Butter [G] 527,2 Kcal · 27,6 EW · 44,8 Fett · 3 KH **3,50 €**
Di 01.02.	**Gräupcheneintopf** mit Rindfleischwürfel und buntem Gemüse [A(A3)L] 325,8 Kcal · 19 EW · 6,3 Fett · 45,5 KH **4,85 €**	**Szegediner Gulasch** [A(A1)] mit Semmelknödel [A(A1)CG] 456,2 Kcal · 34,1 EW · 11,3 Fett · 53,9 KH **4,95 €**	**Kartoffelpuffer** [A(A1)C] mit Apfelmus [3] 379,2 Kcal · 7,7 EW · 2,6 Fett · 77,2 KH **4,85 €**		**Zwei Pfannkuchen gefüllt** mit Blaubeer-Kompott [A(A1)CG] 464,4 Kcal · 14,4 EW · 7,6 Fett · 81 KH **5,80 €**		**Vanillequark** [G] mit Pfirsich-Maracujamus [1,3] 291 Kcal · 11,6 EW · 8,5 Fett · 39,1 KH **2,00 €**	Bierschinken [2,3,8], Streichmettwurst grob [2,3,8], Cervelatwurst [2,3], Obst der Saison, Schinkenrotwurst [2], Schmelzkäse Kräuter [G], Butter [G] 369,2 Kcal · 13,5 EW · 34,2 Fett · 2,1 KH **3,50 €**
Mi 02.02.	**Kräuterrührei** [1,C] mit Rahmspinat[3] und Salzkartoffeln 501,3 Kcal · 26,9 EW · 24,6 Fett · 41,3 KH **4,85 €**	**Gebackenes Schellfischfilet** [A(A1)D] in Dillsoße [1,A(A1)G] mit Apfelrotkohl [1,3] und Salzkartoffeln 579,4 Kcal · 24,4 EW · 21,6 Fett · 69,2 KH **5,10 €**	**Bio - Vollkornspirelli** [A(A1)] mit Ratatouillegemüse [1,A(A1)], geriebener Käse [G] 603,2 Kcal · 23 EW · 17,5 Fett · 83,4 KH **4,85 €**		**Gebratene Geflügelfleischbällchen** in Curry-Rahmsoße, mit Gemüse und Spiralnudeln 715,5 Kcal · 23,5 EW · 36,5 Fett · 70 KH **5,30 €**		**Beerengrütze** mit Vanillesoße [1,G] 403,3 Kcal · 3,2 EW · 5,2 Fett · 83 KH **2,00 €**	Maasdamer [G], Leberwurst fein [2,3], Nussschinken [2,3,8], Jagdwurst [2,3,4,8], Bratheringsröllchen [1,4,A(A1)CDM], Frischkäse [G], Butter [G] 529,2 Kcal · 25,2 EW · 44,5 Fett · 7,8 KH **3,50 €**
Do 03.02.	**Reiseintopf** mit Gemüse und Hühnerfleisch [L] 253,7 Kcal · 16,9 EW · 3,5 Fett · 35,9 KH **4,85 €**	**Schaschliktopf** mit Zwiebeln und Paprika [A(A1)] dazu Kartoffelpüree [1,G] 421,3 Kcal · 27,4 EW · 32,8 Fett · 78,1 KH **4,95 €**	**Käsespätzle** [A(A1)CG] mit Tomaten-Bärlauchsoße [1,A(A1)] 580,5 Kcal · 22,2 EW · 17,3 Fett · 80,9 KH **4,85 €**		**Vegetarischer Möhreneintopf** mit feinen Kartoffelwürfeln 295 Kcal · 5 EW · 13,5 Fett · 33 KH **5,80 €**		**Buttermilch-Dessert** Vanille-Birne [G] 339 Kcal · 10,8 EW · 12,9 Fett · 42,9 KH **2,00 €**	Räucherkäse [1,G], Schmelzkäse Pikant [G], Wildschweinpastete [2,3,8,H(H7)], Leberkäse [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Gurken-[2,3,L], Tomatensalat [1,3,A(A3)O], Butter [G] 416,5 Kcal · 14,4 EW · 37,5 Fett · 5,4 KH **3,50 €**
Fr 04.02.	**Erzgebirgischer Linseneintopf** mit Kasseler [2,3,A(A1)L] 356,7 Kcal · 14,4 EW · 1,3 Fett · 62,3 KH **4,85 €**	**Pökelbraten** [2,3] in Meerrettichsoße [1,3,A(A1)GO] mit Sauerkraut [1] und Kartoffelklößen 659,1 Kcal · 38,3 EW · 29,9 Fett · 55,9 KH **4,95 €**	**Kaiserschmarren mit Rosinen** [A(A1)CG] dazu Erdbeerkompott 737,8 Kcal · 18,1 EW · 17,7 Fett · 122,3 KH **4,85 €**		**Eieromelette** in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel [A(A1)CGLM] 425,1 Kcal · 21,5 EW · 18,3 Fett · 38,6 KH **5,60 €**		**Fruchtcocktail** [1] in cremiger Vanillesoße [1,G] 214,5 Kcal · 4,6 EW · 1,7 Fett · 43,5 KH **2,00 €**	Paprikakäse [1,G], Zwiebelmettwurst [2,3], Schinken in Aspik [2,3,8], Waldfruchtjoghurt [G], Frischkäse Kräuter [G], Knacker [2,3,12], Butter [G] 517,7 Kcal · 22,4 EW · 43,1 Fett · 9,7 KH **3,50 €**
Sa 05.02.	**Drei Quarkkeulchen** mit Rosinen [A(A1)CG] Apfelmus [3], Eierflockensuppe mit Sternchen und Gemüsewürfelchen 736,7 Kcal · 17,7 EW · 13,1 Fett · 134,7 KH **4,85 €**	**Frikadelle** vom Schwein und Rind [A(A1)C] mit Bratensoße [A(A1)], Erbsengemüse [1,G] und Salzkartoffeln 619 Kcal · 25,1 EW · 30 Fett · 60,1 KH **4,95 €**	**Kuchenangebot** Ⓐ **Apfelkuchen** [A(A1)G] 249 Kcal · 4,2 EW · 7,1 Fett · 40,9 KH Ⓚ **Kirschkuchen** [A(1)C,G] 356 Kcal · 4,1 EW · 17,9 Fett · 43,9 KH Ⓑ **Butterkuchen** [A(A1)G,H(H1)] 422 Kcal · 6,1 EW · 23,1 Fett · 46,2KH ***Stück 2,20 €***	**Kalbsgulasch** mit Pfifferlingen [A(A1)G] dazu Butter-Eier-Bandnudeln [A(A1)C] 877 Kcal · 35,2 EW · 47,4 Fett · 74 KH **6,90 €**	**Rinderroulade mit Hackfleischfüllung,** dazu grüne Bohnen und Kartoffel-Senf-Stampf [A(A1A2)GM] 397,8 Kcal · 24,6 EW · 15,5 Fett · 38 KH **6,30 €**	**Bunter Bauernsalat (Paprika, Gurke,Tomate, Mais)** mit Hirtenkäse [G], Balsamicodressing [1,3,O] und Brötchen [A(A1A2)] 376,3 Kcal · 14 EW · 11 Fett · 51,6 KH **4,10 €**	**Vanille-Sahnepudding** [G] mit Rhabarberkompott [G] 259,5 Kcal · 4,6 EW · 9,3 Fett · 37,4 KH **2,00 €**	Schmelzkäse Natur [G], Gouda [G], Leberwurst [3,12,M], Salami [2,3], Fleischkäse fein [2,3,8], Hering in Gelee [9,D], Butter [G] 444,2 Kcal · 13,7 EW · 42,3 Fett · 2 KH **3,50 €**
So 06.02.	**Winterlicher Wirsingkohleintopf** mit Kartoffelwürfel und Kasselerwürfel [2,3] 243,8 Kcal · 7,7 EW · 3,5 Fett · 38 KH **4,85 €**	**Schweinebäckchen** [M] mit Bratensoße [A(A1)], Bayrisch Kraut [1] und Semmelklößen [A(A1)C] 678,5 Kcal · 41,2 EW · 27,4 Fett · 63,6 KH **5,10 €**			**Schweinehacksteak** in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen und Kartoffelklößen [A(A1)CGLM] 412 Kcal · 17,2 EW · 18,4 Fett · 40,4 KH **6,10 €**	***Brotbox:*** ***3x2 Scheiben frisches Bäckerbrot einzeln entnehmbar in der Aromaverpackung*** [A(A1)G] 422 Kcal - 6,1 EW · 23,1 Fett- 46,2KH ***Stück 1,50 €***	**Grießpudding** mit Schokosoße [A(A1)G] 407,3 Kcal · 9,8 EW · 18,2 Fett · 50,3 KH **2,00 €**	Emmentaler Scheiben [G], Zwiebelmettwurst [2,3], Frischkäse [G], Kochsalami [2,3,8], Pute in Aspik [2,3,8], Hackfleischröllchen [A(A1)CM], Butter [G] 497,2 Kcal · 25,8 EW · 40,7 Fett · 6,5 KH **3,50 €**

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] Pecannuss [H6] Paranuss [H7] Pistazien [H8] Macadamianuss [H9] Queenslandnüsse[L] Sellerie [M] Senf [N] Sesam [O] Sulfit [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