



# IHR SPEISEPLAN

für **19.08.2019 - 25.08.2019** KW **34**

## 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 Kauti on. Der Preis beträgt 15,- Euro pro Essenteilnehmer, für den Fall der Beschä- digung einer Box oder falls eine Box abhanden kommt. Die Kauti on bekommen Sie bei Beendigung der Lieferung und Rückgabe der Box von unserem Menübo- ten in bar oder durch Verrechnung mit der letzten Rechnung zurück.

# IHR SPEISEPLAN

für **19.08.2019 - 25.08.2019** KW **34**

| MENÜ         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | A<br>Abend | B<br>Brot | K<br>Kuchen                   |
|--------------|---|---|---|---|---|---|---|------------|-----------|-------------------------------|
| Mo<br>19.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |
| Di<br>20.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |
| Mi<br>21.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |
| Do<br>22.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |
| Fr<br>23.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |
| Sa<br>24.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |
| So<br>25.08. |   |   |   |   |   |   |   |            |           | A<br>-----<br>K<br>-----<br>B |

| MENÜ         | 1<br>Tagesgericht 1<br>"klassisch & hausgemacht"                                                                                                                                               | 2<br>Tagesgericht 2<br>"traditionell & herzhaft"                                                                                                                               | 3<br>Tagesgericht 3<br>"vegetarisch"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4<br>Tagesgericht 4<br>"genießen & schlemmen"                                                                                                                                                                 | 5<br>Tagesgericht 5<br>"fein & klein"                                                                                                                                                   | 6<br>Salat der Woche<br>"knackig & frisch"                                                                                                                                                                                                                                              | 7<br>Nachtisch<br>"fruchtig & süß"                                                                                            | A<br>Abendessen<br>"appetitlich"                                                                                                                                                                                                  |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mo<br>19.08. | <b>Süß-Saurer<br/>Fleckeintopf [9]</b><br><br>428,5 Kcal - 35,7 EW<br>8 Fett - 46,9 KH <b>4,65 €</b>                                                                                           | <b>Bauernfleischkäse<br/>[2,3,8,LM]</b><br>Zwiebelsoße [A(A1)],<br>Bohngemüse [1,A(A1)G],<br>Kartoffelpüree [1,G]<br>684,3 Kcal - 25,1 EW<br>40,1 Fett - 54,7 KH <b>4,95 €</b> | <b>Fünf Minieierkuchen<br/>[A(A1)CG]</b><br>mit Erdbeerkompott<br>[A(A1)], Eierflockensuppe<br>[C]<br>650,5 Kcal - 16,4 EW<br>16,6 Fett - 102,8 KH <b>4,75 €</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Spiralnudeln</b><br>in Käsesoße mit Tomaten-<br>Petersilie-Garnitur<br>[A(A1)G],<br>527,7 Kcal - 21,6 EW<br>25,1 Fett - 51,5 KH <b>5,80 €</b>                                                              | <b>Gekochter<br/>Schweinebauch</b><br>auf dicken Bohnen in<br>Specksoße, dazu<br>Salzkartoffeln [GL],<br>422,4 Kcal - 25,6 EW<br>19,2 Fett - 34,8 KH <b>6,00 €</b>                      | <b>Bestellbar von<br/>Montag bis Freitag</b><br><br><b>Bunter Farmersalat [1,3,9,CGLM]</b><br>Dressing Joghurt 25ml [CGLM], Baguettebrötchen [A(A1)]<br><br><b>3,40 €</b>                                                                                                               | <b>Sahniges<br/>Quarkdessert<br/>mit Waldbeeren<br/>[FG],</b><br>213,2 Kcal - 14,2 EW<br>6,7 Fett - 22,6 KH <b>1,65 €</b>     | Räucherlachs [D], Kasseler [2,3,8],<br>Corned Beef [2,3,LM],<br>Schinkenrotwurst [2], Frischkäse<br>natur [G], Griebenschmalz<br>[3,A(A1)], Markenbutter [G]<br>527 Kcal - 17,4 EW<br>30,6 Fett - 1,2 KH <b>3,30 €</b>            |
| Di<br>20.08. | <b>Putenleber</b><br>in Apfelzwiebelsoße<br>[3,A(A1)], Kartoffelpüree<br>[1,G]<br>522,9 Kcal - 42 EW<br>15,2 Fett - 51,8 KH <b>4,75 €</b>                                                      | <b>Gebackenes Schollen-<br/>filet [A(A1)D]</b><br>Wurzelgemüswürfeln<br>in Rahm [1,G],<br>Kartoffelpüree [1,G]<br>1305,8 Kcal - 44,4 EW<br>53,3 Fett - 146,8 KH <b>4,95 €</b>  | <b>Kohlroulade<br/>"vegetarisch"<br/>[A(A1A5)CF]</b><br>in brauner vegetarischer<br>Soße , Salzkartoffeln<br>348,5 Kcal - 21,5 EW<br>406,4 Kcal - 21,2 EW<br>15,6 Fett - 43,3 KH <b>4,75 €</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Paniertes<br/>Schweineschnitzel</b><br>goldgelb gebacken in<br>Champignonsoße, dazu<br>Frühlingsgemüse und<br>Petersilienkartoffeln [A(A1)GL],<br>275,7 Kcal - 15,1 EW<br>9,8 Fett - 30,5 KH <b>6,60 €</b> | <b>Herzhaftes<br/>Rindergeschnetzeltes<br/>"Stroganoff" mit<br/>Petersilienkartoffeln<br/>[A(A1)GLM],</b><br>275,7 Kcal - 15,1 EW<br>9,8 Fett - 30,5 KH <b>5,40 €</b>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Sauerkirsch-<br/>grütze [1,G]</b><br>mit Vanillesoße<br>[1,G]<br>211,8 Kcal - 1,3 EW<br>0,7 Fett - 48,2 KH <b>1,65 €</b>   | Fleischsalat [2,3,8,CM], Gouda [G],<br>Nusschinken [2,3,8], Mettwurst<br>[2,3,8,LM], Kochsalami [2,3,8],<br>Schmelzkäse [G], Markenbutter<br>[G]<br>421,4 Kcal - 15,4 EW<br>37,5 Fett - 5,4 KH <b>3,30 €</b>                      |
| Mi<br>21.08. | <b>Bunte Nudeln [A(A1)]</b><br>Jagdwurstgulasch ,<br>geriebener Käse [G]<br>781,2 Kcal - 29,6 EW<br>38,5 Fett - 77,6 KH <b>4,65 €</b>                                                          | <b>Schweine-<br/>lachsschnitzel</b><br>mit Bratensoße [A(A1)],<br>Möhrengemüse [1,G], und<br>Salzkartoffeln<br>441,4 Kcal - 27,8 EW<br>10,8 Fett - 78,1 KH <b>4,85 €</b>       | <b>Asia-Geschnetzeltes<br/>vegetarisch</b><br>mit viel Gemüse [F], und<br>süß-sauer-scharfen Reis<br>595,3 Kcal - 32,1 EW<br>6,8 Fett - 98,4 KH <b>4,75 €</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Alaska-Seelachs in<br/>Senf-Buttersoße</b><br>dazu Möhren und Risi-Bisi<br>[A(A1)DGM],<br>470,9 Kcal - 21,5 EW<br>17,5 Fett - 54,5 KH <b>6,70 €</b>                                                        | <b>Champignons in<br/>Rahmsoße</b><br>dazu Serviettenknödel ,<br>532,3 Kcal - 14,6 EW<br>29,2 Fett - 30,5 KH <b>5,90 €</b>                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Schokopudding<br/>[G]</b><br>mit cremiger<br>Vanillesoße [1,G]<br>308,2 Kcal - 7,3 EW<br>13,7 Fett - 37,6 KH <b>1,65 €</b> | Partyfrikadelle [A(A1)C], Mixed<br>Pickles , Limburger [G],<br>Knackerwurst [2,3,4,M],<br>Putenbrust mit Paprika [2,3,8],<br>Leberwurst fein [2,3],<br>Markenbutter [G]<br>465,4 Kcal - 20,1 EW<br>39,5 Fett - 7 KH <b>3,30 €</b> |
| Do<br>22.08. | <b>Beefsteak [A(A1)C]</b><br>Champignonsoße ,<br>Gemüseknöpfe<br>[A(A1A5)C]<br>398,7 Kcal - 14,1 EW<br>3,8 Fett - 36,3 KH <b>4,75 €</b>                                                        | <b>Schweinskopfsülze<br/>[2,L]</b><br>Remouladensoße<br>[1,3,9,CGLMO],<br>Bratkartoffeln [1]<br>839,4 Kcal - 20,4 EW<br>21,8 Fett - 78,1 KH <b>4,85 €</b>                      | <b>Bandnudeleintopf<br/>mit buntem Gemüse<br/>[A(A1)CL],</b><br>300,8 Kcal - 13,1 EW<br>21,8 Fett - 57,3 KH <b>4,55 €</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Schweinehacksteak</b><br>in Rahmsoße mit buntem<br>Pfeffer dazu Gartengemüse<br>und Spätzle [A(A1)CGLM],<br>436,8 Kcal - 20 EW<br>13,7 Fett - 36,9 KH <b>6,10 €</b>                                        | <b>Pfannkuchen</b><br>mit fruchtiger Erdbeer-<br>Rhabarber-Füllung (mit<br>Zuckerart und<br>Süßungsmitteln)<br>[9,A(A1)CG],<br>377,3 Kcal - 15,1 EW<br>7,6 Fett - 60,1 KH <b>5,80 €</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Fruchtcoctail<br/>[1]</b><br>Zitronenjoghurt [G]<br>130,1 Kcal - 2,5 EW<br>0,2 Fett - 28,4 KH <b>1,65 €</b>                | Hähnchenschenkel [A(A1)F],<br>Schmelzkäse Sahne [G],<br>Maasdamer [G], Kochschinken<br>[2,3,8], Zwiebelmettwurst [2,3],<br>Salami [2,3], Markenbutter [G]<br>511,9 Kcal - 34,9 EW<br>40,6 Fett - 2,1 KH <b>3,30 €</b>             |
| Fr<br>23.08. | <b>Griechische Hirtenrolle</b><br>gefüllt mit Frischkäse<br>[A(A1)CFG], dazu<br>Tomatensoße [1,A(A1)],<br>Gemüse Couscous [A(A1)]<br>795,8 Kcal - 29,4 EW<br>36,5 Fett - 81,7 KH <b>4,75 €</b> | <b>Putenrahm-<br/>geschnetzeltes</b><br>mit Champignons<br>[3,A(A1)GL], Curryreis<br>641,2 Kcal - 31,1 EW<br>19,6 Fett - 84 KH <b>4,85 €</b>                                   | <b>Hörnchennudeln<br/>[A(A1)C]</b><br>Spinat-Käsesoße<br>[1,A(A1)G], Reibekäse [G]<br>595,5 Kcal - 25 EW<br>24,3 Fett - 67 KH <b>4,65 €</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Grillschnecke vom<br/>Schwein</b><br>in dunkler Soße mit Speck dazu<br>Rübegemüse und<br>Stampfkartoffeln<br>[3,A(A1)CGLM],<br>581 Kcal - 20,2 EW<br>39,8 Fett - 33,1 KH <b>6,30 €</b>                     | <b>Eieromelette</b><br>in Sauerrahm-Kräutersoße<br>mit Erbsen und Möhren, dazu<br>Kartoffelwürfel [A(A1)CGLM],<br>413 Kcal - 21,5 EW<br>18,3 Fett - 38,6 KH <b>5,40 €</b>               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Kokosjoghurt<br/>[G]</b><br>mit Ananasraspel<br>[G]<br>243,5 Kcal - 6,8 EW<br>17,6 Fett - 13,6 KH <b>1,65 €</b>            | Fruchtjoghurt [G], Jagdwurst<br>[2,3,8,M], Paprikapastete [2,3,8],<br>Camembert [G], Teewurst [2,3],<br>Frischkäse Kräuter [G],<br>Markenbutter [G]<br>476,5 Kcal - 13,9 EW<br>42,4 Fett - 9,8 KH <b>3,30 €</b>                   |
| Sa<br>24.08. | <b>Grüner<br/>Bohneneintopf</b><br>mit Rindfleisch und<br>Kartoffelwürfel [A(A1)],<br>281,1 Kcal - 18,3 EW<br>5,1 Fett - 39,6 KH <b>4,65 €</b>                                                 | <b>Frikadelle<br/>Fleischermeister</b><br>mit Bratensoße [A(A1)],<br>und Erbsengemüse [1,G],<br>Salzkartoffeln<br>535,5 Kcal - 14,7 EW<br>9,3 Fett - 57,4 KH <b>4,85 €</b>     | <b>Kuchenangebot</b><br><b>A Apfelkuchen</b><br>[A(A1)G]<br>249 Kcal - 4,2 EW<br>7,1 Fett - 40,9 KH <br><b>Kirschkuchen</b><br>[A(A1)G]<br>356 Kcal - 4,1 EW<br>17,9 Fett - 43,9 KH <br><b>B Butterkuchen</b><br>[A(A1)G,H(H1)]<br>422 Kcal - 6,1 EW<br>23,1 Fett - 46,2KH <br><b>Stück 1,50€</b> | <b>Kabeljaufilet</b><br>in feiner Sauerrahmsoße dazu<br>Erbsen und Fingermöhren<br>und Salzkartoffeln<br>[A(A1)DGLM],<br>331,6 Kcal - 19,8 KH<br>10,3 Fett - 38,6 KH <b>7,40 €</b>                            | <b>Zarter Rinderbraten</b><br>in kräftiger Bratensoße mit<br>Blumenkohl in Soße und<br>Petersilienkartoffeln<br>[GLM],<br>241,8 Kcal - 16,3 EW<br>7,2 Fett - 26,6 KH <b>5,80 €</b>      | <b>Brotbox:</b><br><b>3x2 Scheiben frisches<br/>Bäckerbrot einzeln<br/>entnehmbar in der<br/>Aromaverpackung</b><br><br>422 Kcal - 6,1 EW<br>23,1 Fett - 46,2KH<br>[A(A1)G] <br><b>Stück 1,50€</b> | <b>Grießpudding</b><br>mit Schokosoße<br>[A(A1)G],<br>316,3 Kcal - 7,5 EW<br>13,9 Fett - 39,1 KH <b>1,65 €</b>                | Obstsalat , Partywiener [2,3,8,LM],<br>Räucherkäse [1,G], Fleischkäse fein<br>[2,3,8], Bierschinken [2,3,8,GM],<br>Schmelzkäse Kräuter [G],<br>Markenbutter [G]<br>480,5 Kcal - 16,5 EW<br>41,7 Fett - 9,3 KH <b>3,30 €</b>       |
| So<br>25.08. | <b>Pichelsteiner Eintopf</b><br>mit buntem Gemüse und<br>Rindfleisch ,<br>235,1 Kcal - 14,6 EW<br>4 Fett - 30,3 KH <b>4,65 €</b>                                                               | <b>Schweinebraten [M]</b><br>Bratensoße [A(A1)], mit<br>Bayrisch Kraut [1], und<br>Grüne Klöße [3,5,O]<br>635,8 Kcal - 27,8 EW<br>23,2 Fett - 77,4 KH <b>4,95 €</b>            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Paniertes<br/>Schweineschnitzel</b><br>mit Pariser Karotten, dazu<br>Kartoffelwürfel in Kräuter-<br>Rahmsoße [A(A1)GL],<br>446,6 Kcal - 18,9 EW<br>14,3 Fett - 58,4 KH <b>6,30 €</b>                       | <b>Reibekuchen</b><br>"Hausfrauen Art" mit<br>Speck und Zwiebeln<br>[A(A1)C],<br>604,7 Kcal - 11,2 EW<br>34,9 Fett - 58,9 KH <b>5,80 €</b>                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Vanille<br/>Sahnepudding</b><br>mit Apfel-Cassismus<br>[G],<br>225,7 Kcal - 4,7 EW<br>10,2 Fett - 9,3 KH <b>1,65 €</b>     | Räucherlachs [D], Kasseler [2,3,8],<br>Corned Beef [2,3,LM],<br>Schinkenrotwurst [2], Frischkäse<br>natur [G], Griebenschmalz<br>[3,A(A1)], Markenbutter [G]<br>527 Kcal - 17,4 EW<br>50,6 Fett - 1,2 KH <b>3,30 €</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] ge wächst [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] Parannuss [H7] Pistazien [H8] Macadamianuss [H9] Queenslandnüsse[L] Sellerie [M] S en f [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 Aus kunft. Eine schriftliche Dokumentation kann jederzeit eingesehen werden.