IHR SPEISEPLAN

für **06.11.2023 - 12.11.2023** KW **45**

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 **06.11.2023 - 12.11.2023** KW **45**

MENÜ	1	2	3	4	5	6	7	A Abend	B Brot	K Kuchen
Mo 06.11.										A K B
Di 07.11.										A K B
Mi 08.11.										A K B
Do 09.11.										A K B
Fr 10.11.										A K B
Sa 11.11.				X		X				A K B
So 12.11.				X		X				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 06.11.	**Sauerkraut-Kartoffeleintopf** mit Apfelwürfeln und Blutwürstchen [2,3,8,A(A1)G] 552,3 Kcal · 18,2 EW · 23 Fett · 62,9 KH **5,50 €**	**Hühnerfrikassee** mit buntem Gemüse [1A(A1)G] und Langkornreis 603 Kcal · 27,9 EW · 17,8 Fett · 81 KH **6,50 €**	**Bio - Vollkornspirelli [A(A1)]** mit Gemüsebolognese [1,C,G] und geriebenem Hartkäse [2,CG] **4,95 €**	**Bestellbar von Montag bis Sonntag**	**Saftiges Kasseler** in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln [A(A1)GL] 300,2 Kcal · 12,9 EW · 15,2 Fett · 23,9 KH **8,50 €**	**Bestellbar von Montag bis Freitag**	**Apfel-Vanillekompott** [1,3,G] 180,4 Kcal · 0,5 EW · 0,6 Fett · 42,6 KH **2,30 €**	Camembert [G], Kochschinken [2,3,8], Zwiebelmettwurst [2,3], Jagdwurst [2,3,8], Heringssalat [2,CDGM], Frischkäse natur [G], Markenbutter [G] 547,3 Kcal · 18,6 EW · 50,2 Fett · 4,8 KH **3,90 €**
Di 07.11.	**Bunter Gemüseeintopf** mit Kartoffelwürfeln [L] 136,7 Kcal · 4,2 EW · 0,2 Fett · 27,6 KH **5,50 €**	**Seelachs mit Senf-Honigfüllung** [A(A1)DGM], dazu Kohlrabigemüse in Rahm [A(A1)G] und Süßkartoffelpüree [G] 320,2 Kcal · 9,4 EW · 12,4 Fett · 40,3 KH **6,50 €**	**Couscous-Gemüsepfanne** mit Broccoli- Knusper-Nuggets [A(A1A3)CFG] 899,7 Kcal · 23,9 EW · 21,9 Fett · 115,2 KH **4,95 €**		**Zartes Rindergeschnetzeltes** mit Rotkohl und Kartoffelklößen [A(A1)CGLM] 329,3 Kcal · 15,6 EW · 10,5 Fett · 41,3 KH **8,50 €**		**Grießpudding** mit Schokosoße [A(A1)G] 362,3 Kcal · 10,5 EW · 14,3 Fett · 48 KH **2,30 €**	Schmelzkäse Champignon [G], Jungschweinebraten [8], Maasdamer [G], Bierschinken [2,3,8], Tomatenleberwurst [2,M], Fruchtjoghurt [G], Markenbutter [G] 405,4 Kcal · 17,5 EW · 35,1 Fett · 4,5 KH **3,90 €**
Mi 08.11.	**Rührei** mit Kräutern [1,C], Salzkartoffeln [A(A1)L] und Gurkensalat 476,5 Kcal · 21,3 EW · 22,6 Fett · 45,2 KH **5,50 €**	**Jägerschnitzel** in Bratensoße mit Champignons [A(A1)], dazu Sommergemüse und Salzkartoffeln 557,3 Kcal · 16,9 EW · 21,2 Fett · 54,6 KH **6,50 €**	**Kartoffeltaschen** mit Frischkäse-Kräuterfüllung [G] auf Rahmchampignons [1,A(A1)G] 455,4 Kcal · 9,8 EW · 24,7 Fett · 44,7 KH **4,95 €**	**Geschmortes Gänsebrustfilet** in Orangensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelklößen [1,3,A(A1)L] 235,9 Kcal · 2,2 EW · 3 Fett · 15,9 KH **8,90 €**	**Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf** [L] 301,5 Kcal · 5,4 EW · 17,1 Fett · 26,1 KH **8,50 €**	**Caesarsalat** mit Grana Padano,[2,CG], Brotcroutons, [A(A1)GL] Ei, Hähnchenbruststreifen, Joghurtdressing [1,3,9,GM] und Brötchen [A(A1)] 574,1 Kcal · 39,6 EW · 23,5 Fett · 51,6 KH **4,50 €**	**Sauerkirsch-Grütze** [1] mit Vanillesoße [1,G] 359,4 Kcal · 3,9 EW · 6,8 Fett · 68,3 KH **2,30 €**	Teewurst grob [2,3,4,GLM], Kasselerbraten [2,3,8], Kochsalami [2,3,8], Rindfleischsalat [9,L], Tomate-Basilikum-Käse [G], Frischkäse [G], Markenbutter [G] 452 Kcal · 19,2 EW · 37,5 Fett · 9 KH **3,90 €**
Do 09.11.	**Weiße-Bohneneintopf** [1,2,3,G] mit Rauchfleisch und Kartoffelwürfeln 767,7 Kcal · 44,6 EW · 25 Fett · 74 KH **5,50 €**	**Bauernroulade** [A(A1)C] mit Gemüsefüllung, Bratensoße [A(A1)] und Kartoffelpüree [1,G] 498,2 Kcal · 16,9 EW · 32,8 Fett 78,1 KH **6,50 €**	**Mini Germknödel** [A(A1)G] mit Pflaumenfüllung und Vanillesoße [1,G] 404,6 Kcal · 11,3 EW · 2,9 Fett · 81,8 KH **4,95 €**		**Saftiges Rindergulasch** in Champignonsoße mit Spiralnudeln [A(A1)] 323 Kcal · 20,4 EW · 8,2 Fett · 39,1 KH **8,50 €**		**Vanillequark** [G] mit Himbeermus [3] 257 Kcal · 8,9 EW · 6,4 Fett · 39 KH **2,30 €**	Schmelzkäse Sahne [2,G], Harzer Käse [G], Geflügelrömerbraten [2,3,8], Zungenrotwurst [2,3,8], Teewurst fein [2,3,4], Hering in Gelee, Markenbutter [G] 352,3 Kcal · 19,2 EW · 30,3 Fett · 0,7 KH **3,90 €**
Fr 10.11.	**Milchreis [1,G]** mit Zucker und Zimt, dazu Apfelkompott [3] 648,1 Kcal · 14,9 EW · 14,1 Fett · 111 KH **5,50 €**	**Thüringer Mutzbraten** [M] in Kümmelsoße [A(A1)] , dazu Sauerkraut mit Speck [1] und Salzkartoffeln 651,4 Kcal · 40,6 EW · 30,4 Fett · 50,2 KH **6,50 €**	**Gemüsegulasch [A(A1)G]** mit Dampfkartoffeln 352,4 Kcal · 8,7 EW · 7,6 Fett · 58,3 KH **4,95 €**		**Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen** mit Apfel-Quark-Füllung [9,A(A1)CG] 493 Kcal · 23,8 EW · 17 Fett · 59,8 KH **8,50 €**		**Mandarinen-fruchtquark [G]** 360 Kcal · 17,1 EW · 12,6 Fett · 42,6 KH **2,30 €**	Gouda [G], Salami [2,3], Pfälzer Leberwurst [M], Frischkäse Kräuter [G], Bierwurst [2,3,4,8,M], Fleischsalat [1,3,CM], Markenbutter [G] 571,4 Kcal · 16,6 EW · 54,8 Fett · 2,8 KH **3,90 €**
Sa 11.11.	**Gabelspaghetti** mit [A(A1)] Hackfleischsoße [A(A1)L] und geriebenem Käse [G] 848,5 Kcal · 41 EW · 33,8 Fett · 92,3 KH **5,50 €**	**Gefüllte Paprikaschote** [A(A1)C] mit Specksoße [1,A(A1)] und Salzkartoffeln 507,6 Kcal · 16,8 EW · 21,8 Fett · 56,7 KH **6,50 €**	**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 **2,40 €**		**Panierte Fischstäbchen** mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree [A(A1)DG] 397,8 Kcal · 12,9 EW · 17,2 Fett · 43,3 KH **8,50 €**	***Brotbox:*** ***3x2 Scheiben frisches Bäckerbrot einzeln entnehmbar in der Aromaverpackung*** [A(A1)G] 422 Kcal · 6,1 EW · 23,1 Fett- 46,2KH **2,00 €**	**Birnendessert** mit Schokopudding [G] 234 Kcal · 2,9 EW · 4,9 Fett · 44,6 KH **2,30 €**	Limburger [G], Hähnchen in Aspik [2,3,8], Leberkäse [2,3,8], Mettwurst grob [2,3,8], Lachsschinken [2,3], Schmelzkäse Pikant [G], Markenbutter [G] 8475,6 Kcal · 580 EW · 549,1 Fett · 303,3 KH **3,90 €**
So 12.11.	**Kürbiskartoffelcreme-Suppe** mit frischem Ingwer und zwei Hackfleischklößchen [A(A1)CGM] 379 Kcal · 12,6 EW · 15,5 Fett · 45,3 KH **5,50 €**	**Seelachsfilet "Müllerin Art"** [M] mit Zitronen-Buttersoße [1,A(A1)G], Leipziger Allerleigemüse [1,G] und Salzkartoffeln 666,1 Kcal · 19 EW · 36,4 Fett · 63 KH **6,50 €**			**Schweine-geschnetzeltes** in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfle-Spätzle [A(A1)CGL] 477,7 Kcal · 27,3 EW · 16,9 Fett · 51,7 KH **8,50 €**		**Pflaumen-Kompott [3]** mit Vanillesoße [1,G] 271 Kcal · 3,3 EW · 6,3 Fett · 48,2 KH **2,30 €**	Camembert [G], Kochschinken [2,3,8], Zwiebelmettwurst [2,3], Jagdwurst [2,3,8], Heringssalat [2,CDGM], Frischkäse natur [G], Markenbutter [G] 547,3 Kcal · 18,6 EW · 50,2 Fett · 4,8 KH **3,90 €**

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