

# IHR SPEISEPLAN

für 16.11.2020 - 22.11.2020 kw 47

# 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 16.11.2020 - 22.11.2020 kw 47

Name

Straße

PLZ/Ort

Änderungswünsche sind jeweils bis 15:00 Uhr des Vortages möglich.  
 Für Änderungen Ihrer Wochenendbestellung informieren Sie uns  
 bitte bis Freitag 12:00 Uhr.

Wochenend-/Feiertagspauschale: 0,30 € pro Menü. Für Personen,  
 die nicht dem Personenkreis nach § 53 AO angehören, erhöht sich der  
 Abgabepreis um die gesetzliche Mehrwertsteuer.

MENÜ	1 Tagesgericht 1 "klassisch & hausgemacht"	2 Tagesgericht 2 "Traditionell & herzhaft"	3 Tagesgericht 3 "vegetarisch"	4 Tagesgericht 4 "genießen & schlemmen"	5 Tagesgericht 5 "fein & klein"	6 Salat der Woche "knackig & frisch"	7 Nachtisch "fruchtig & süß"	A Abendessen "appetitlich"
Mo 16.11.	Quarkkeulchen mit Rosinen [A(A1)CG] Apfelmus [3], Eierflockensuppe [C]  765,3 Kcal - 20,2 EW 15,4 Fett - 134,4 KH <b>4,65 €</b>	Putenrahm-Geschnetzeltes mit Champignons [3,A(A1)GL], Gemüseris [L]  635,3 Kcal - 31,8 EW 18,7 Fett - 83,1 KH <b>4,85 €</b>	Farfalle aus Durumweizen [A(A1)] Retrogemüse [L], Frischkäsesoße [1,A(A1)G]  682,6 Kcal - 18,6 EW 21,7 Fett - 99,8 KH <b>4,75 €</b>	Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln [A(A1)CLM]  457,5 Kcal - 25 EW 19,1 Fett - 44,1 KH <b>5,90 €</b>	Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle [A(A1)CL]  312 Kcal - 15,2 EW 9 Fett - 40,2 KH <b>6,00 €</b>	Bestellbar von Montag bis Freitag Grüner Salat mit Mais, Kirschtomaten und Käsewürfel [G] Italiendressing, Brötchen [A(A1A2)] <b>3,40 €</b>	Birnen Dessert mit Vanillepudding [1,G]  135 Kcal - 0,5 EW 0,2 Fett - 32,6 KH <b>1,65 €</b>	Räucherkäse [1,2,3,G], Zwiebelmettwurst [2,3], Schmelzkäse Pikant [G], Geflügeljagdwurst [2,3,8,H(H7)], Kochschinken [2,3,8], Gurken-, Tomatensalat, Butter  343,8 Kcal - 15,2 EW 29 Fett - 5,4 KH <b>3,30 €</b>
Di 17.11.	Gabelspaghetti Schinken-Tomatensauce [1,2,3,8,A(A1)], geriebener Käse [G]  608,9 Kcal - 36,5 EW 16,2 Fett - 76,6 KH <b>4,65 €</b>	Gebratene Hähnchenbrust [1,F] in Tomaten-Paprikasoße [1,A(A1)], Kartoffelpüree [1,G]  288,1 Kcal - 27,9 EW 12,9 Fett - 14,1 KH <b>4,85 €</b>	Bunter vegetarischer Bohneneintopf  198,3 Kcal - 7 EW 0,5 Fett - 36,3 KH <b>4,65 €</b>	Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln [A(A1)GL]  451,6 Kcal - 24,6 EW 19,6 Fett - 42 KH <b>6,50 €</b>	Hausgemachte Wirsingroulade in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln [A(A1)LM]  335,4 Kcal - 10,5 EW 18,3 Fett - 28,9 KH <b>5,80 €</b>		Rhabarber-Kompott mit Vanillesoße [1,G]  155,3 Kcal - 1,1 EW 0,2 Fett - 33,5 KH <b>1,65 €</b>	Paprikakäse [1,G], Leberwurst Schnittlauch [2,3], Lyoner mit Kräuter [2,3,8], Waldfruchtjoghurt [G], Frischkäse Kräuter [G], Debrecziner [2,3,8], Butter [G]  583,5 Kcal - 18,6 EW 51,9 Fett - 10 KH <b>3,30 €</b>
Mi 18.11.	Schweinegulasch [A(A1)] mit Makkaroni [A(A1)]  640,3 Kcal - 43,7 EW 18,2 Fett - 74 KH <b>4,65 €</b>	Kräutersahnequark [G] Butter [G], Kalbsleberwurst [2,3], Salzkartoffeln  439,9 Kcal - 21,8 EW 34,8 Fett - 8,7 KH <b>4,85 €</b>		Gedünstetes Lachsfilet in Gurken-Rahmsoße dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln [A(A1)DGL]  499,2 Kcal - 25 EW 27 Fett - 34,3 KH <b>7,00 €</b>	Klopse "Königsberger Art" vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln [A(A1)CGL]  336,6 Kcal - 12,2 EW 15 Fett - 35,4 KH <b>5,20 €</b>		Schokoladen-Quark mit [FG], Banane  364,2 Kcal - 17 EW 5,8 Fett - 58,9 KH <b>1,65 €</b>	Schmelzkäse Champignon [G], Gouda [G], Leberwurst [3,12,LM], Salami [2,3], Mortadella [2,3,8], Hering in Gelee [9,D], Butter [G]  449,5 Kcal - 14,9 EW 42,2 Fett - 2,3 KH <b>3,30 €</b>
Do 19.11.	Deutsches Beefsteak [1,F] Bratensoße [A(A1)], Kohlrabigemüse im Rahm [A(A1)G], Salzkartoffeln  424,3 Kcal - 16,4 EW 32,2 Fett - 16,7 KH <b>4,75 €</b>	Alaska-Seelachsfilet [A(A1)DG] Senfsoße [1,A(A1)GM], Apfelrotkohl [1,3], Salzkartoffeln  377,6 Kcal - 24,4 EW 16,4 Fett - 32,5 KH <b>4,85 €</b>	Schupfnudelpfanne mit buntem Gemüse [A(A1)C], Kräutersoße [1,A(A1)G]  538 Kcal - 10,1 EW 15,1 Fett - 68,7 KH <b>4,65 €</b>	Schweinegeschnetzeltes in feiner Rahmsoße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Spiralnudeln [A(A1)GL]  471,5 Kcal - 28,4 EW 20,7 Fett - 40,4 KH <b>7,00 €</b>	Goldgelbes Rührei mit Gemüse "Leipziger Allerlei", dazu Frühlingspüree [CG],  416,1 Kcal - 19,3 EW 23,4 Fett - 29,2 KH <b>5,00 €</b>		Heidelbeer-Kompott mit Vanillesoße [1,G]  328,4 Kcal - 3,3 EW 6,6 Fett - 59,8 KH <b>1,65 €</b>	Camembert [G], Bierwurst [2,3,8,M], Frischkäse [G], Kochsalami [2,3,8], Putenbrust geräuchert [2,3,8], Chicken Haxe [A(A1)F], Butter [G]  456,2 Kcal - 33,8 EW 35,4 Fett - 0,9 KH <b>3,30 €</b>
Fr 20.11.	Möhreneintopf Rot/Gelb mit Schweinefleisch  317,5 Kcal - 14,5 EW 11,5 Fett - 35,9 KH <b>4,65 €</b>	Herzragout "süß-sauer" [A(A1A3)FL] Kartoffelpüree [1,G]  731,5 Kcal - 38 EW 29,3 Fett - 73,9 KH <b>4,85 €</b>	Lasagne Bolognese vegetarisch [A(A1)FG] Tomatensoße [1,A(A1)]  509,5 Kcal - 17,5 EW 16,9 Fett - 66,2 KH <b>4,85 €</b>	Goldgelb panierte Hähnchen-Happen, dazu Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree [A(A1)GL]  598,5 Kcal - 22,5 EW 31,5 Fett - 51,8 KH <b>5,70 €</b>	Reibekuchen mit Apfelmus [A(A1)C]  544 Kcal - 7,2 EW 22,4 Fett - 72,8 KH <b>5,80 €</b>		Sahniges Quarkdessert mit Früchten [7,FG],  332,4 Kcal - 19,2 EW 9 Fett - 40,5 KH <b>1,65 €</b>	Bierschinken [2,3,8], Streichmettwurst grob [2,3,8,LM], Cervelatwurst [2,3], Limburger [G], Geflügelrömerbraten [2,3,8], Schmelzkäse Kräuter [G], Butter [G]  414,5 Kcal - 17,7 EW 37,3 Fett - 2 KH <b>3,30 €</b>
Sa 21.11.	"Sächsische" Kartoffelsuppe [1,L] mit Wiener Würstchen [2,3,8,LM]  503,2 Kcal - 14,6 EW 43,4 Fett - 11,1 KH <b>4,75 €</b>	Zwei Chicken Haxen [A(A1)F] Geflügelsoße [3,A(A1)L], Karottengemüse gelb [A(A1)G], Tomatenreis  700,4 Kcal - 51,8 EW 17 Fett - 81,9 KH <b>4,85 €</b>	<b>Kuchenangebot</b> Ⓐ Apfelkuchen [A(A1)G] 249 Kcal - 4,2 EW 7,1 Fett - 40,9 KH Ⓚ Kirschkuchen 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 - 46,2 KH <b>Stück 1,50€</b>	Geflügelbratwurst in herzhafter Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln [GLM]  448,8 Kcal - 16,3 EW 25,5 Fett - 34,2 KH <b>6,00 €</b>	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln  422 Kcal - 6,1 EW 23,1 Fett - 46,2 KH <b>6,80 €</b>		Naturjoghurt [G] mit Maracujamus [1,3]  377 Kcal - 6,9 EW 7,1 Fett - 69 KH <b>1,65 €</b>	Maasdamer [G], Leberwurst fein [2,3], Kasselerbraten [2,3,8], Schweinebraten [8], Heringsfilet Tomate [DM], Frischkäse Gurke/Dill [G], Butter [G]  460 Kcal - 22,7 EW 38,8 Fett - 4,7 KH <b>3,30 €</b>
So 22.11.	Blumenkohl-Kremsuppe [G] mit drei Geflügelklößchen [A(A1)CGM]  420,5 Kcal - 15,2 EW 18,5 Fett - 47,7 KH <b>4,65 €</b>	Geschmorte Entenkeule mit Soße, Steckerübgemüse [1,G], grüne Klöße [3,5,0]  1086,7 Kcal - 49,8 EW 67,2 Fett - 67,1 KH <b>4,95 €</b>		Rinderschmorbraten in kräftiger Soße mit grünen Bohnen und Speckklößen [A(A1)CGLM]  534,8 Kcal - 38,1 EW 21,4 Fett - 42,8 KH <b>6,90 €</b>	Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse naturell und Gabelspaghetti [A(A1)GL]  438,7 Kcal - 23 EW 21,3 Fett - 34,9 KH <b>5,70 €</b>		Milchreis mit Fruchtsoße [G],  306,8 Kcal - 7 EW 4,8 Fett - 57,9 KH <b>1,65 €</b>	Räucherkäse [1,2,3,G], Zwiebelmettwurst [2,3], Schmelzkäse Pikant [G], Geflügeljagdwurst [2,3,8,H(H7)], Kochschinken [2,3,8], Gurken-, Tomatensalat, Butter  343,8 Kcal - 15,2 EW 29 Fett - 5,4 KH <b>3,30 €</b>

MENÜ	1	2	3	4	5	6	7	A	B	K
								Abend	Brot	Kuchen
Mo 16.11.										A K B
Di 17.11.										A K B
Mi 18.11.										A K B
Do 19.11.										A K B
Fr 20.11.										A K B
Sa 21.11.										A K B
So 22.11.										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] Pecannuss [H6] Paranuss [H7] Pistazien [H8] Macadamianuss [H9] Queenstandnüsse[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