

Ihr Menüservice mit Herz



Ofenfrisch - dank Ofen an Bord!

Kalenderwoche: **42**

Menüangebot	1 9,39 €		2 10,19 €		3 8,89 €		4 9,19 €		5 8,59 €		6 7,89 €		Dessert 0,79 €		Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl		
	Herzhafte Menüs		Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)		Menüs mit Informationen für Diabetiker		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat 1,29 €												
Mo	Paniertes Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße dazu Spiralnudeln		Zarte Schweinemedallions in Champignonsoße mit Feinschmeckergemüse und Petersilienkartoffeln		Klassischer Hühnersuppentopf		In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott		Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis		Hausgemachte Rinderfrikadelle in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln		Apfelmus		Mo										
17.10.	4131		4190		4621		4533		4780		4097		1552	17.10.											
Di	Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art“ mit Langkornreis		Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln		Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln		Herzhafter Krustenbraten vom Schwein in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen		Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott		Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln		Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks		Di										
18.10.	4745		4779		4053		4120		4524		4573		1505	18.10.											
Mi	Deutsches Beefsteak in kräftiger Soße mit Gärtnerinnen-Gemüse und Salzkartoffeln		Ente „asiatische Art“ in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis		Milchreis mit fruchtigen Mandarinen		Seelachsfilet in einer Tomatensoße „Mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse dazu Kartoffelwürfel		Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle		Rindfleisch in Meerrettichsoße dazu Erbsen „naturell“ und Salzkartoffeln		Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks		Mi										
19.10.	4083		4782		4501		4406		4192		4206		1503	19.10.											
Do	Zwei Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln		Zartes Gulasch vom Hirsch in feiner Rotweinsauce mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße		Trivellinudeln mit grünem Gemüsemix in Joghurtsoße		Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln		Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln		Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln		Luftiges Schokoladenmousse mit Soße		Do										
20.10.	4086		4319		4545		4098		4565		4434		1506	20.10.											
Fr	Südländische Gemüse-Nudelpfanne „vegetarisch“ mit Tomaten und Paprika		Filetstücke vom Schellfisch in Senf-Kräutersoße dazu Möhren und Salzkartoffeln		Panierte Alaska-Seelachshappen dazu Kartoffelwürfel mit würzigem Dipp		Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle		Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree		Zartes Schweinegeschnetzeltes in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfe-Spätzle		Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln		Fr										
21.10.	4549		4436		4462		4732		4080		4163		1508	21.10.											
Sa*	Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln		Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Brokkoli und Kräuterspätzle		Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße		Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur		Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken		Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln		Sa*										
22.10.	4474		4334		4761		4560		4551		4515		1511	22.10.											
So*	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln		Schweineschnitzel Cordon bleu mit buntem Mischgemüse „naturell“ und Kartoffelwürfeln in Käsesoße		Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln		Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art“ in Champignonsoße mit Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln		Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi		Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell“ und Gabelspaghetti		Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks		So*										
23.10.	4221		4182		4275		4153		4433		4756		1510	23.10.											

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
 ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
 Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen ^{G, G1, Ei, M, Me, La}
 = Kirschkuchen ^{10, G, G1, Ei, M, Me, La, Sb}
 = Butterkuchen ^{G, G1, Ei, M, Me, La, Sf, Sf1}

Änderungen vorbehalten

Kunden-Nr. _____ Tel. _____

Name _____

Straße, Hausnr. _____

Wohnort _____

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz ∇ = mit Alkohol ♯ = vegetarisch ⚡ = ohne Gluten lt. Rezeptur ⚡ = ohne Laktose lt. Rezeptur

Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf

Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Kalenderwoche: **43**

Menü	Kalenderwoche: 43						Dessert Salat	Kuchen Anzahl
	1	2	3	4	5	6		
Mo	<input type="checkbox"/>							
24.10.	<input type="checkbox"/>							
Di	<input type="checkbox"/>							
25.10.	<input type="checkbox"/>							
Mi	<input type="checkbox"/>							
26.10.	<input type="checkbox"/>							
Do	<input type="checkbox"/>							
27.10.	<input type="checkbox"/>							
Fr	<input type="checkbox"/>							
28.10.	<input type="checkbox"/>							
Sa*	<input type="checkbox"/>							
29.10.	<input type="checkbox"/>							
So*	<input type="checkbox"/>							
30.10.	<input type="checkbox"/>							

Einfach das Gewünschte ankreuzen, Ihre Anschrift auf der Rückseite eintragen und an uns abschicken oder Ihrem Menükurier mitgeben.

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken verarbeitet. Der Verarbeitung Ihrer Daten zu Zwecken der Werbung können Sie jederzeit widersprechen. Zudem haben Sie ein Auskunftsrecht und Berichtigungsrecht hinsichtlich Ihrer personenbezogenen Daten. Abgesehen von rechtlichen Aufbewahrungsfristen haben Sie darüber hinaus auch das Recht auf Löschung Ihrer personenbezogenen Daten. Es gelten Datenschutzrichtlinien unter www.ihr-menuservice.de/datenschutz

Menüservice de apetito AG in Kooperation mit:
AWO Menü-Service
Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Gelsenkirchen / Bottrop
Tel.: 0209 4094120 Gelsenkirchen
Tel.: 02041 7094925 Bottrop
Mo. - Fr. 8:00 bis 18:00 Uhr
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
menuservice-awo@apetito.de

Auf dem Weg zu Ihnen
frisch zubereitet



Wir bringen Ihnen den Genuss ins Haus.
Guten Appetit.
Jetzt auch online bestellbar unter:
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
oder QR-Code scannen



Menü-angebot	1	9,39 €	2	10,19 €	3	8,89 €	4	9,19 €	5	8,59 €	6	7,89 €	Dessert 0,79 €	
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)		Menüs mit Informationen für Diabetiker		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat 1,29 €		
Mo	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker ^{M,Me,La}		Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf ^{F,M,Me,La,Sn}		Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch ^{S,Sn}		Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln ^{3,M,Me,La,S,Sn}		Panierte Jagdwurstscheibe in Tomatensoße, dazu Spiralnudeln ^{3,20,G,G1,M,La,S,Sn}		Softiges Kasseler in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln ^{3,20,G,G1,M,Me,La,S}		Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,G1,M,Me,La}	1507
24.10.	4539		4416		4644		4767		4015		4199		Gurkensalat ^{3,Sd}	D810008
Di	Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein ^{3,20,S,Sn}		Sauerbraten „Fränkischer Art“ in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott ^{9,G,G1,Ei,M,Me,La}		Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln ^{G,G1,Ei}		Vegetarische Nuggets (auf Weizen- und Erbsenbasis) mit Kräuterkartoffeln dazu Tomaten-Curry-Soße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsoße mit Gemüseeinlage dazu bunter Gemüsereis ^{G,G1,M,Me,La,S}		Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit ^{1,G,G1,G3,M,Me,La}	1509
25.10.	4606		4255		4590		4024		4583		4797		Weißkrautsalat ^{3,Sd}	D810011
Mi	Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese ^{G,G1,G3,S}		Medaillons vom Schwein in einer rosa Pfeffersoße dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflespätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln ^{F,M,Me,La,S,Sn}		Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüsereis		Hackbällchen vom Schwein und Rind in Preiselbeer-Sahne-Soße, dazu Hörnchennudeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen „naturell“ und Kartoffelklöße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Himbeercrème mit Fruchtsoße auf Schokokeks ^{1,G,G1,M,Me,La}	1505
26.10.	4552		4159		4474		4798		4002		4099		gem. Hanseatensalat ^{Ei,Sb,M,Me,La,Sn}	D810003
Do	Herzhaftes Rindersaftgulasch mit Spätzle ^{G,G1,Ei}		Zwei Hähnchenoberkeulen in Champignon-Paprikasoße mit Erbsen und Gabelspaghetti ^{G,G1,M,Me,La,S}		Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüsereis ^{Sn}		Rustikaler Kartoffel-Linsen-Eintopf mit Schweinefleisch ^{20,M,Me,La,S}		Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks ^{1,G,G1,G3,M,Me,La}	1503
27.10.	4249		4786		4554		4138		4622		4219		gem. Pariser Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La}	D810005
Fr	Gebratene Fischfrikadelle dazu Rahmspinat und Frühlingspüree ^{G,G1,F,M,Me,La}		Vegetarische Kohlroulade mit Reis-Pilz-Füllung in dunkler Soße dazu eine Kartoffel-Zwiebel-Pfanne ^{G,G1,Ei,Sb,S,Sn}		Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln ^{G,G1,Ei,S,Sn}		Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle ^{20,G,G1,Ei,Sn}		Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße ^{Ei,M,Me,La,S}		Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße ^{G,G1,Ei,M,Me,La}		Rhabarbermus ^{3,}	1553
28.10.	4415		4568		4023		4154		4263		4502		gem. Fitness-Blattsalat ^{Ei,Sn}	D810001
Sa*	Rinderleber „Berliner Art“ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S}		Schweinemedaillons in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Geflügelrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S,Sn}		Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch ^S		Erdbeer-Rhabarber-Auflauf mit Streuseln dazu Joghurt-Soße ^{G,G1,M,Me,La}		Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln ^{20,G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Schokoladenmousse mit Kirschkompott ^{1,Sb,M,Me,La}	1504
29.10.	4282		4176		4768		4645		4506		4022		Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas ^{2,S}	D810007
So*	Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Geschnittene Entenbrust in Rotwein-Balsamico-Soße, dazu Fingermöhren „naturell“ und Kartoffelklöße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Schweineschnitzel mit Pariser Karotten, dazu Kartoffelwürfel in Kräuter-Rahmsoße ^{G,G1,M,Me,La,S}		Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße mit Langkornreis ^{G,G1,M,Me,La,Sn}		Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzel-gemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S}		Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüsereis ^{G,G1,F,M,Me,La,Sn}		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümel ^{1,G,G1,Sb,M,Me,La}	1511
30.10.	4273		4308		4191		4548		4458		4493		Feldsalat ^S	D810000

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
● = Menüs mit Informationen für Diabetiker
(zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen ^{10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1}

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz = mit Alkohol = vegetarisch = ohne Gluten lt. Rezeptur = ohne Laktose lt. Rezeptur
Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse F = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf
Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Änderungen vorbehalten

Ihr Menüservice mit Herz



Ofenfrisch - dank Ofen an Bord!

Kalenderwoche: **44**

Menü-angebot	1	9,39 €	2	10,19 €	3	8,89 €	4	9,19 €	5	8,59 €	6	7,89 €	Dessert 0,79 €		Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl	
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Menüs mit Informationen für Diabetiker	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €																	
Mo* Reformationstag 31.10.	Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen, dazu Salzkartoffeln ^{3,20} 	Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,Sn} 	Tafelspitz aus zartem Rindfleisch in Schnittlauch-Rahmsoße mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln ^{G,Gl,M,Me,La,S} 	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S,Sn} 	Gefüllter, vegetarischer Strudel auf Gemüsebett dazu Kartoffelwürfel und Soße à la Hollandaise ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S} 	Saftiges Rindergulasch in Champignonsoße mit Spiralnudeln ^{G,Gl} 	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln ^{1,G,Gl,M,Me,La} 1508 Rote Bete Salat ^{3,Sd} D810010	Mo* Reformationstag 31.10.																
Di* Allerheiligen 01.11.	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{M,Me,La,S} 	Filettöpfchen (Schweinemedaillon und Hähnchenfilets) in Feinschmecker-Soße, dazu Fingermöhren und Kräuterspätzle ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S} 	Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein ^{G,Gl,Ei,S} 	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott ^{10,G,Gl,Fi,M,Me,La} 	Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln ^{20,G,Gl,Fi,M,Me,La,S,Sn} 	Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree ^{G,Gl,Fi,M,Me,La} 	Luftige Schokoladenmousse mit Soße ^{1,Sb,M,Me,La} 1506 Weißkrautsalat ^{3,Sd} D810011	Di* Allerheiligen 01.11.																
Mi 02.11.	Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln ^{Ei,M,Me,La,S} 	Schweineschnitzel Cordon bleu mit buntem Mischgemüse „naturell“ und Kartoffelwürfeln in Käsesoße ^{3,20,G,Gl,M,Me,La,S} 	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S,Sn} 	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Früchten, dazu Gemüseris ^{M,Me,La,S,Sn} 	Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,S,Sn} 	Goldgelbes Rührei mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, dazu Frühlingspüree ^{Ei,M,Me,La} 	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,Gl,M,Me,La} 1507 Bohnensalat ^{2,Sd} D810013	Mi 02.11.																
Do 03.11.	Scholle „Finkenwerder Art“ garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln ^{20,G,Gl,K,Fi,M,Me,La} 	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln ^{G,Gl,M,Me,La,S} 	Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale ^{G,Gl,Fi,M,Me,La} 	Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,Sn} 	Klassischer Hühnersuppentopf ^{G,Gl,Ei} 	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,Gl,S,Sn} 	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks ^{3,1,G,Gl,Sb,M,Me,La,Sd} 1510 gem. Pariser Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810005	Do 03.11.																
Fr 04.11.	Spaghetti „Napoli Art“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{G,Gl,Ei,M,Me,La} 	Kap-Seehecht in Sauer-rahmsoße dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S,Sn} 	Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln ^{M,Me,La,S,Sn} 	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein ^{3,20,M,Me,La,S} 	Süßer Kirschmichel mit Vanillesoße ^{G,Gl,G3,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1} 	Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis ^{G,Gl,M,Me,La,S,Sn} 	Apfel-Bananenmus ^{3,} 1557 gem. Hanseatensalat ^{Ei,Sb,M,Me,La,Sn} D810003	Fr 04.11.																
Sa* 05.11.	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein ^{3,20,S} 	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Möhren und Spätzle ^{G,Gl,Ei,S} 	Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis ^{G,Gl,M,Me,La,S} 	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree ^{G,Gl,Fi,M,Me,La} 	Zwei Rinderfrikadellen in herzhafter Bratensoße mit Porreegemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,Gl,Ei,M,Me,La} 	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung ^{9,G,Gl,Ei,M,Me,La} 	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln ^{1,G,Gl,Sb,M,Me,La} 1511 gem. Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810004	Sa* 05.11.																
So* 06.11.	Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensauce, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße ^{G,Gl,Ei,M,Me,La,S} 	Zartes Kalbgeschnetzeltes in Pfefferrahmsoße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln ^{G,Gl,M,Me,La,S} 	Schlemmerfilet „Florentin“ vom Alaska-Seelachs (aus Filetblöcken portioniert) mit Spinat-Käse-Auflage, dazu Gemüsemischung und Rahmkartoffeln ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S} 	Schweinegulasch „Jäger Art“ dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle ^{G,Gl,Ei} 	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle ^{G,Gl,Fi,M,Me,La,S} 	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln ^{M,Me,La,S,Sn} 	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit ^{1,G,Gl,G3,M,Me,La} 1509 Rohkostsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810006	So* 06.11.																

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
 ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
 Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen ^{G,Gl,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen ^{10,G,Gl,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen ^{G,Gl,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1}

Änderungen vorbehalten

Kunden-Nr. Tel.

Name

Straße, Hausnr.

Wohnort

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz ∇ = mit Alkohol ♻ = vegetarisch 🌿 = ohne Gluten lt. Rezeptur 🌱 = ohne Laktose lt. Rezeptur

Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf

Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Menü-Service AWO Gelsenkirchen
Bestellschein

Kalenderwoche: **45**

Menü	Kalenderwoche: 45						Dessert	Kuchen
	1	2	3	4	5	6	Salat	Anzahl
Mo	<input type="checkbox"/>							
07.11.	<input type="checkbox"/>							
Di	<input type="checkbox"/>							
08.11.	<input type="checkbox"/>							
Mi	<input type="checkbox"/>							
09.11.	<input type="checkbox"/>							
Do	<input type="checkbox"/>							
10.11.	<input type="checkbox"/>							
Fr	<input type="checkbox"/>							
11.11.	<input type="checkbox"/>							
Sa*	<input type="checkbox"/>							
12.11.	<input type="checkbox"/>							
So*	<input type="checkbox"/>							
13.11.	<input type="checkbox"/>							

Einfach das Gewünschte ankreuzen, Ihre Anschrift auf der Rückseite eintragen und an uns abschicken oder Ihrem Menükurier mitgeben.

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken verarbeitet. Der Verarbeitung Ihrer Daten zum Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen. Zudem haben Sie ein Auskunftsrecht und Berichtigungsrecht hinsichtlich Ihrer personenbezogenen Daten. Abgesehen von rechtlichen Aufbewahrungsfristen haben Sie darüber hinaus auch das Recht auf Löschung Ihrer personenbezogenen Daten. Es gelten Datenschutzrichtlinien unter www.ihr-menuservice.de/datenschutz

Menüservice der apetito AG in Kooperation mit:
AWO Menü-Service
Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Gelsenkirchen / Bottrop
Tel.: 0209 4094120 Gelsenkirchen
Tel.: 02041 7094925 Bottrop
Mo. - Fr. 8:00 bis 18:00 Uhr
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
menuservice-awo@apetito.de

Auf dem Weg zu Ihnen
frisch zubereitet



Wir bringen Ihnen den Genuss ins Haus.
Guten Appetit.
Jetzt auch online bestellbar unter:
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
oder QR-Code scannen



Menü-angebot	1 9,39 €	2 10,19 €	3 8,89 €	4 9,19 €	5 8,59 €	6 7,89 €	Dessert 0,79 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Menüs mit Informationen für Diabetiker	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €
Mo	Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf <small>Fi, M, Me, La, Sn</small>	Gebratenes Schweinenackensteak auf würzigem Schmorkohl, dazu Petersilienkartoffeln	Rustikaler Kartoffel-Linsen-Eintopf mit Schweinefleisch <small>20, M, Me, La, S</small>	Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln <small>G, G1, Ei, S, Sn</small>	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln <small>G, G1, M, Me, La</small>	Luftige Schokoladenmousse mit Soße <small>1, 5b, M, Me, La</small>
07.11.	4599 ●	4416 ●	4139 ● L	4622 ●	4023 ●	4762 ● L	1506
Di	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornteig <small>G, G1, Ei, S</small>	Rinderroulade in kräftiger Bratensoße mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn</small>	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott <small>10, G, G1, M, Me, La</small>	Schweinegeschnetzeltes in feiner Rahmsoße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Spiralnudeln <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	Vegetarischer Möhreeneintopf mit feinen Kartoffelwürfeln	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>3, 1, G, G1, 5b, M, Me, La, Sd</small>
08.11.	4016 ●	4203 ●	4533 ● L	4167 ●	4458 ●	4603 ● L	1510
Mi	Mini-Steaklets „Genfer Art“ vom Schwein in einer Schlemmersoße mit Paprika und Spinat, dazu Erbsen „naturell“ und Spätzle <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>	Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsoße, dazu Salzkartoffeln <small>20</small>	Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch <small>5</small>	Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen <small>10, M, Me, La</small>	Rinderroulade mit Hackfleischfüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffel-Senf-Stampf <small>G, G1, G2, M, Me, La, Sn</small>	Rhabarbermus <small>3</small>
09.11.	4106 ●	4791 ●	4645 ● L	4759 ●	4501 ●	4212	1553
Do	Gemüseintopf nach „Gärtnerin Art“ mit frittierten Mettbällchen vom Schwein <small>G, G1, Ei, S</small>	Geschnittenes Schweinefilet im Kräutermantel in Soße, dazu Erbsengemüse und Spätzle <small>G, G1, Ei, S</small>	Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln	Paprikagemüse-Pfanne „Mediterrane Art“ mit Weichkäse, dazu Rosmarinkartoffeln <small>M, Me, La</small>	Hackfleischröllchen vom Schwein in Weinbrandsoße dazu grüne Bohnen und Reisnudeln mit Tomaten-Gemüse <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüserais <small>G, G1, M, Me, La, Sn</small>	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <small>1, G, G1, M, Me, La</small>
10.11.	4612 ●	4150 ●	4226 ● L	4550 ●	4007 ●	4493 ● L	1507
Fr	Deftiges Eisbein auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree <small>3, 20, M, Me, La</small>	***Aktionsmenü*** Geschnittene Gänsebrust in herzhafter Apfel-Preiselbeer-soße mit Rotkohl und Speckklößen <small>20, G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln <small>G, G1, Fi, M, Me, La, S</small>	Panierte Hähnchen-Happen (aus Hähnchenbrustformfleisch) mit Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch <small>5, S, Sn</small>	Zwei Pfannkuchen gefüllt mit Blaubeer-Kompott <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit <small>1, G, G1, G3, M, Me, La</small>
11.11.	4144 ●	4349 ● + 2,00 €	4465 ● L	4747 ● L	4644 ●	4525 ● L	1509
Sa*	Paniertes Alaska Seelachs mit Erbsen und Möhren in Buttersoße, dazu Frühlingspüree <small>G, G1, Fi, M, Me, La, S</small>	Zartes Gulasch vom Hirsch in Pfifferling-Weißwein-Soße, dazu Rosenkohl mit Speck und Knöpfelspätzle <small>20, G, G1, Ei, S</small>	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Soße mit Rübengemüse und Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small>	Vegetarische Bällchen (auf Soja- und Weizenbasis) in einer Tomaten-Oliven-Soße dazu eine Nudelreis-Gemüse-Pfanne <small>G, G1, Ei, S, 5b</small>	Currywurst mit Kartoffelspalten <small>3, S, Sn</small>	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks <small>1, G, G1, G3, M, Me, La</small>
12.11.	4425 ●	4306 ●	4734 ● L	4564 ●	4088 ●	4040 ● L	1503
So*	Paniertes Hähnchen-Krusty (aus Hähnchenbrust-Formfleisch) mit buntem Gemüsevielfalt, dazu Kartoffelwürfel mit Käsesoße <small>G, G1, G3, M, Me, La, S</small>	Lammkeulenbraten „Provence Art“ in Kräutersoße mit grünen Bohnen und Fingermöhren, dazu Kartoffel-Pastinakenstampf <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small>	Schweineschnitzel in Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>	Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La</small>	Seelachsfilet in einer Tomatensoße „Mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse dazu Kartoffelwürfel <small>Fi</small>	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln	Himbeercrème mit Fruchtsoße auf Schokokeks <small>1, G, G1, M, Me, La</small>
13.11.	4749 ●	4318	4189 ● L	4210 ● L	4406 ●	4168 ● L	1505
							Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas <small>2, S</small>
							D810007

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
● = Menüs mit Informationen für Diabetiker
(zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen G, G1, Ei, M, Me, La
 = Kirschkuchen 10, G, G1, Ei, M, Me, La, S, 5b
 = Butterkuchen G, G1, Ei, M, Me, La, S, F, Sf1

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz = vegetarisch = ohne Gluten lt. Rezeptur = ohne Laktose lt. Rezeptur
Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf
Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Änderungen vorbehalten

Ihr Menüservice mit Herz



Ofenfrisch - dank Ofen an Bord!

Kalenderwoche: **46**

Menü-angebot	1	9,39 €	2	10,19 €	3	8,89 €	4	9,19 €	5	8,59 €	6	7,89 €	Dessert 0,79 €		Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl		
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Menüs mit Informationen für Diabetiker	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €																		
Mo	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein ^{3,20,M,Me,La,S}		Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln ^{G,61,M,Me,La,S,Sn}		Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree ^{G,61,M,Me,La}		Kalbshacksteak in cremiger Weißwein-Soße dazu Wirsinggemüse und Spätzle ^{G,61,Ei,M,Me,La,S}		Schweinegulasch „Hausfrauen Art“ mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln ^{20,G,61,M,Me,La,S}		Bratwurst vom Schwein in Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln ^{G,61,Ei,M,Me,La,S}		Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln ^{1,G,61,M,Me,La}	1508	Mo								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
14.11.	4609		4751		4594		4347		4164		4082		Rote Bete Salat ^{3,Sd}	D810010	14.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Di	Kaiserschmarrn mit Apfel-Rosinen-Kompott ^{G,61,Ei,M,Me,La}		Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln ^{G,61,M,Me,La,S,Sn}		Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,61,M,Me,La,S}		Gebratene Geflügelleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln ^{G,61,Sb,S}		Grünkohleintopf mit geschnittener Mettwurst vom Schwein ^{3,20,S,Sn}		Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel ^{G,61,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Schokoladenmousse mit Kirschkompott ^{1,Sb,M,Me,La}	1504	Di								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
15.11.	4522		4202		4124		4445		4614		4553		Weißkrautsalat ^{3,Sd}	D810011	15.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Mi*	„Himmel und Erde“ Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein ^{3,G,61,Ei,M,Me,La,S}		Seelachs in Kräutermarinade dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln ^{Fi}		Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße dazu grüne Bohnen „naturell“ und Salzkartoffeln ^{G,61,Ei,M,Me,La,S}		Vegetarischer Kürbis-Kartoffeleintopf mit Steckrübe		Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln ^{3,M,Me,La,S,Sn}		Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle ^{G,61,Ei,S}		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln ^{1,G,61,Sb,M,Me,La}	1511	Mi*									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.11.	4378		4407		4061		4628		4767		4146		gem. Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La}	D810004	16.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Do	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree ^{G,61,F,M,Me,La}		Hähnchen „Cordon bleu“ aus Hähnchenbrust-Formfleisch mit naturellen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree ^{20,G,61,M,Me,La}		Klopse „Königsberger Art“ aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln ^{G,61,Ei,M,Me,La,S}		Kasselerbraten in Bratensaft mit Sauerkraut und Kartoffelpüree ^{3,20,M,Me,La,S}		Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln ^{G,61,Ei}		Hausgemachte Erbsensuppe mit Räucherendchen vom Schwein ^{3,20,S}		Apfel-Bananenmus ^{3,}	1557	Do								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
17.11.	4429		4770		4079		4102		4001		4626		Rohkostsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La}	D810006	17.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fr	Saftiger Rinderschmorbraten in kräftiger Soße dazu Dillmöhren und Kartoffel-Senf-Stampf ^{M,Me,La,Sn}		Schweinemedallions in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle ^{G,61,Ei,M,Me,La,S}		Hausgemachter Tomaten-Reis-Eintopf mit Fleischbällchen vom Rind und Schwein ^{G,61,Ei,S}		Paniertes Alaska-Seelachs in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel ^{G,61,F,M,Me,La,S,Sn}		In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Pflaumenkompott ^{10,G,61,M,Me,La}		Geflügelrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree ^{G,61,M,Me,La,S,Sn}		Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks ^{3,1,G,61,Sb,M,Me,La,Sd}	1510	Fr								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
18.11.	4200		4176		4629		4472		4513		4790		Gurkensalat ^{3,Sd}	D810008	18.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Sa*	Spaghetti Bolognese mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein ^{G,61,Ei,S}		Mini-Steaklets in Feinschmecker-Soße dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,61,M,Me,La,S}		Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,S,Sn}		Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott ^{9,G,61,Ei,M,Me,La}		Herzhafter Spinatpfannkuchen mit Frischkäsefüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffelwürfel ^{G,61,Ei,M,Me,La}		Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße dazu Erbsen „naturell“ und Langkornreis		Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit ^{1,G,61,G3,M,Me,La}	1509	Sa*								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
19.11.	4584		4183		4419		4590		4570		4792		gem. Pariser Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La}	D810005	19.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
So*	Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck dazu Rüben Gemüse und Stampfkartoffeln ^{3,G,61,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße dazu eine bunte Gemüse-mischung und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,Sn}		Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Früchten, dazu Gemüseris ^{M,Me,La,S,Sn}		Rinderschmorbraten in kräftiger Soße mit grünen Bohnen und Speckklößen ^{20,G,61,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Zwei Rinderfrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben ^{G,61,Ei,M,Me,La,S}		Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle ^{G,61,Ei,S}		Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,61,M,Me,La}	1507	So*								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
20.11.	4076		4494		4400		4240		4013		4227		gem. Hanseatensalat ^{Ei,Sb,M,Me,La,Sn}	D810003	20.11.								<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
 ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen! Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen ^{G,61,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen ^{10,G,61,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen ^{G,61,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1}

Kunden-Nr. _____ Tel. _____

Name _____

Straße, Hausnr. _____

Wohnort _____

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz ∇ = mit Alkohol ♯ = vegetarisch ♯ = ohne Gluten lt. Rezeptur ♯ = ohne Laktose lt. Rezeptur

Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf

Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Menü	Kalenderwoche: 47						Dessert	Kuchen
	1	2	3	4	5	6	Salat	Anzahl
Mo							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1. Advent 27.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Einfach das Gewünschte ankreuzen, Ihre Anschrift auf der Rückseite eintragen und an uns abschicken oder Ihrem Menükurier mitgeben.

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken verarbeitet. Der Verarbeitung Ihrer Daten zum Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen. Zudem haben Sie ein Auskunftsrecht und Berichtigungsrecht hinsichtlich Ihrer personenbezogenen Daten. Abgesehen von rechtlichen Aufbewahrungsfristen haben Sie darüber hinaus auch das Recht auf Löschung Ihrer personenbezogenen Daten. Es gelten Datenschutzrichtlinien unter www.ihr-menuservice.de/datenschutz

Menüservice der apetito AG in Kooperation mit:
AWO Menü-Service
Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Gelsenkirchen / Bottrop
Tel.: 0209 4094120 Gelsenkirchen
Tel.: 02041 7094925 Bottrop
Mo. - Fr. 8:00 bis 18:00 Uhr
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
menuservice-awo@apetito.de

Auf dem Weg zu Ihnen
frisch zubereitet



Wir bringen Ihnen den Genuss ins Haus.
Guten Appetit.
Jetzt auch online bestellbar unter:
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
oder QR-Code scannen



Menü-angebot	1 9,39 €	2 10,19 €	3 8,89 €	4 9,19 €	5 8,59 €	6 7,89 €	Dessert 0,79 €	Kuchen 1,29 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Menüs mit Informationen für Diabetiker	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit		Salat
Mo	Paniertes Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße dazu Spiralnudeln <small>20,G,G1,Sn</small>	Zarte Schweinemedallions in Champignonsoße mit Feinschmeckergemüse und Petersilien-kartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Klassischer Hühnersuppentopf <small>G,G1,Ei</small>	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott <small>10,G,G1,M,Me,La</small>	Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Hausgemachte Rinderfrikadelle in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Apfelmus <small>3</small>	1552
21.11.	4131 ●	4190 ●	4621 ● L	4533 ● L	4780 ●	4097 ● L	Rotkrautsalat <small>3,5d</small>	D810012
Di	Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art“ mit Langkornreis <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Herzhafter Krustenbraten vom Schwein in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen <small>G,G1,G3,Ei,M,Me,La,S</small>	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott <small>10,G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks <small>1,G,G1,M,Me,La</small>	1505
22.11.	4745 ●	4779 ●	4053 ● L	4120 ●	4524 ●	4573 ● L	Bohnensalat <small>2,5d</small>	D810013
Mi	Deutsches Beefsteak in kräftiger Soße mit Gärtnerinnen-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei</small>	Ente „asiatische Art“ in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis <small>Sb</small>	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen <small>10,M,Me,La</small>	Seelachsfilet in einer Tomatensoße „Mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse dazu Kartoffelwürfel <small>Fi</small>	Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Rindfleisch in Meerrettichsoße dazu Erbsen „naturell“ und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La</small>	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks <small>1,G,G1,G3,M,Me,La</small>	1503
23.11.	4083 ●	4782 ●	4501 ● L	4406 ●	4192 ●	4206 ● L	gem. Fitness-Blattsalat <small>Ei,Sn</small>	D810001
Do	Zwei Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Zartes Gulasch vom Hirsch in feiner Rotweinsoße mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Trivellinudeln mit grünem Gemüsemix in Joghurtsauce <small>G,G1,M,Me,La</small>	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln <small>Ei,M,Me,La</small>	Gebackene Filetstücke vom Alaskaseelachs dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln <small>G,G1,F,M,Me,La</small>	Luftige Schokoladenmousse mit Soße <small>1,Sb,M,Me,La</small>	1506
24.11.	4086 ●	4319 ●	4545 ● L	4098 ●	4565 ●	4434 ● L	Feldsalat <small>S</small>	D810000
Fr	Südländische Gemüse-Nudelpfanne „vegetarisch“ mit Tomaten und Paprika <small>G,G1</small>	Filetstücke vom Schellfisch in Senf-Kräutersoße dazu Möhren und Salzkartoffeln <small>Fi,M,Me,La,S,Sn</small>	Panierte Alaska-Seelachshappen dazu Kartoffelwürfel mit würzigem Dip <small>G,G1,Fi,M,Me,La,Sn</small>	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Zartes Schweinegeschnetzeltes in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfe-Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln <small>1,G,G1,M,Me,La</small>	1508
25.11.	4549 ●	4436 ●	4462 ● L	4732 ●	4080 ●	4163 ● L	gem. Blattsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	D810004
Sa*	Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln <small>Fi,M,Me,La,S,Sn</small>	Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Brokkoli und Kräuterspätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>	Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur	Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken <small>3,20,G,G1,M,Me,La,S</small>	Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln <small>1,G,G1,Sb,M,Me,La</small>	1511
26.11.	4474 ●	4334 ●	4761 ● L	4560 ●	4551 ●	4515 ● L	Karottensalat <small>3,5d</small>	D810009
So*	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln <small>G,G1,S,Sn</small>	Schweineschnitzel Cordon bleu mit buntem Mischgemüse „naturell“ und Kartoffelwürfeln in Käsesoße <small>3,20,G,G1,M,Me,La,S</small>	Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln <small>G,G1,S,Sn</small>	Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art“ in Champignonsoße mit Frühlingsgemüse und Petersilien-kartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi <small>G,G1,Fi,M,Me,La,Sn</small>	Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell“ und Gabelspaghetti <small>G,G1,M,Me,La,S</small>	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>3,1,G,G1,Sb,M,Me,La,Sd</small>	1510
1. Advent 27.11.	4221 ●	4182 ●	4275 ● L	4153 ●	4433 ●	4756 ●	gem. Gärtnerinsalat <small>Ei,Sn</small>	D810002

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
● = Menüs mit Informationen für Diabetiker
(zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen G,G1,Ei,M,Me,La
 = Kirschkuchen 10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb
 = Butterkuchen G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz = mit Alkohol = vegetarisch = ohne Gluten lt. Rezeptur = ohne Laktose lt. Rezeptur
Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf
Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Änderungen vorbehalten

Ihr Menüservice mit Herz



Ofenfrisch - dank Ofen an Bord!

Kalenderwoche: **48**

Menü-angebot	1	9,39 €	2	10,19 €	3	8,89 €	4	9,19 €	5	8,59 €	6	7,89 €	Dessert 0,79 €		Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Menüs mit Informationen für Diabetiker	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €																
Mo	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker ^{M,Me,La}		Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf ^{Fi,M,Me,La,Sn}		Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch ^{S,Sn}		Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln ^{3,M,Me,La,S,Sn}		Panierte Jagdwurstscheibe in Tomatensoße, dazu Spiralnudeln ^{3,20,G,G1,S,Sn}		Softiges Kasseler in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln ^{3,20,G,G1,M,Me,La,S}		Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,G1,M,Me,La}	1507	Mo							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.11.	4539		4416		4644		4767		4015		4199		Gurkensalat ^{3,Sd}	D810008	28.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di	Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein ^{3,20,S,Sn}		Sauerbraten „Fränkischer Art“ in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott ^{9,G,G1,Ei,M,Me,La}		Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln ^{G,G1,Ei}		Vegetarische Nuggets (auf Weizen- und Erbsenbasis) mit Kräuterkartoffeln dazu Tomaten-Curry-Soße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsoße mit Gemüseeinlage dazu bunter Gemüsereis ^{G,G1,M,Me,La,S}		Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit ^{1,G,G1,G3,M,Me,La}	1509	Di							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.11.	4606		4255		4590		4024		4583		4797		Weißkrautsalat ^{3,Sd}	D810011	29.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi	Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese ^{G,G1,G3,S}		Medaillons vom Schwein in einer rosa Pfeffersoße dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflespätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,S,Sn}		Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüsereis		Hackbällchen vom Schwein und Rind in Preiselbeer-Sahne-Soße, dazu Hörnchennudeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen „naturell“ und Kartoffelklöße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks ^{1,G,G1,M,Me,La}	1505	Mi							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.11.	4552		4159		4474		4798		4002		4099		gem. Hanseatensalat ^{Ei,Sb,M,Me,La,Sn}	D810003	30.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do	Herzhaftes Rindersaftgulasch mit Spätzle ^{G,G1,Ei}		Zwei Hähnchenoberkeulen in Champignon-Paprikasoße mit Erbsen und Gabelspaghetti ^{G,G1,M,Me,La,S}		Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüsereis ^{Sn}		Rustikaler Kartoffel-Linsen-Eintopf mit Schweinefleisch ^{20,M,Me,La,S}		Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks ^{1,G,G1,G3,M,Me,La}	1503	Do							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
01.12.	4249		4786		4554		4138		4622		4219		gem. Pariser Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La}	D810005	01.12.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr	Gebratene Fischfrikadelle dazu Rahmspinat und Frühlingspüree ^{G,G1,F,M,Me,La}		Vegetarische Kohlroulade mit Reis-Pilz-Füllung in dunkler Soße dazu eine Kartoffel-Zwiebel-Pfanne ^{G,G1,Ei,Sb,S,Sn}		Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln ^{G,G1,Ei,S,Sn}		Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle ^{20,G,G1,Ei,Sn}		Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße ^{Ei,M,Me,La,S}		Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße ^{G,G1,Ei,M,Me,La}		Rhabarbermus ^{3,}	1553	Fr							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02.12.	4415		4568		4023		4154		4263		4502		gem. Fitness-Blattsalat ^{Ei,Sn}	D810001	02.12.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa*	Rinderleber „Berliner Art“ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S}		Schweinemedaillons in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Geflügel-frikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S,Sn}		Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch ^S		Erdbeer-Rhabarber-Auflauf mit Streuseln dazu Joghurt-Soße ^{G,G1,M,Me,La}		Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln ^{20,G,G1,Ei,M,Me,La,S}		Schokoladenmousse mit Kirschkompott ^{1,Sb,M,Me,La}	1504	Sa*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03.12.	4282		4176		4768		4645		4506		4022		Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas ^{2,S}	D810007	03.12.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So*	Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S}		***Weihnachts-Menü*** Nudelsäckchen gefüllt mit Steinpilzen in cremiger Pilzsoße mit Brokkoli ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn}		Schweineschnitzel mit Pariser Karotten, dazu Kartoffelwürfel in Kräuter-Rahmsoße ^{G,G1,M,Me,La,S}		Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße mit Langkornreis ^{G,G1,M,Me,La,Sn}		Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S}		Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüsereis ^{G,G1,Fi,M,Me,La,Sn}		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümel ^{1,G,G1,Sb,M,Me,La}	1511	So*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04.12.	4273		4582		4191		4548		4458		4493		Feldsalat ^S	D810000	04.12.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apeto AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
 ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
 Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen ^{10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1}

Änderungen vorbehalten

Kunden-Nr. _____ Tel. _____

Name _____

Straße, Hausnr. _____

Wohnort _____

Kalenderwoche: **49**

Menü	Kalenderwoche: 49						Dessert	Kuchen
	1	2	3	4	5	6	Salat	Anzahl
Mo	<input type="checkbox"/>							
05.12.	<input type="checkbox"/>							
Di	<input type="checkbox"/>							
06.12.	<input type="checkbox"/>							
Mi	<input type="checkbox"/>							
07.12.	<input type="checkbox"/>							
Do	<input type="checkbox"/>							
08.12.	<input type="checkbox"/>							
Fr	<input type="checkbox"/>							
09.12.	<input type="checkbox"/>							
Sa*	<input type="checkbox"/>							
10.12.	<input type="checkbox"/>							
So*	<input type="checkbox"/>							
3. Advent 11.12.	<input type="checkbox"/>							

Einfach das Gewünschte ankreuzen, Ihre Anschrift auf der Rückseite eintragen und an uns abschicken oder Ihrem Menükurier mitgeben.

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken verarbeitet. Der Verarbeitung Ihrer Daten zum Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen. Zudem haben Sie ein Auskunftsrecht und Berichtigungsrecht hinsichtlich Ihrer personenbezogenen Daten. Abgesehen von rechtlichen Aufbewahrungsfristen haben Sie darüber hinaus auch das Recht auf Löschung Ihrer personenbezogenen Daten. Es gelten Datenschutzrichtlinien unter www.ihr-menuservice.de/datenschutz

Menüservice der apetito AG in Kooperation mit:
AWO Menü-Service
Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Gelsenkirchen / Bottrop
Tel.: 0209 4094120 Gelsenkirchen
Tel.: 02041 7094925 Bottrop
Mo. - Fr. 8:00 bis 18:00 Uhr
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
menuservice-awo@apetito.de

Auf dem Weg zu Ihnen
frisch zubereitet



Wir bringen Ihnen den Genuss ins Haus.
Guten Appetit.
Jetzt auch online bestellbar unter:
www.ihr-menuservice.de/awo-gelsenkirchen
oder QR-Code scannen



Menü-angebot	1 9,39 €	2 10,19 €	3 8,89 €	4 9,19 €	5 8,59 €	6 7,89 €	Dessert 0,79 € Salat 1,29 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Menüs mit Informationen für Diabetiker	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	
Mo	Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen, dazu Salzkartoffeln 3,20. 4197	Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,Sn} 4494	Tafelspitz aus zartem Rindfleisch in Schnittlauch-Rahmsoße mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S} 4225 L	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn} 4748 L	Gefüllter, vegetarischer Strudel auf Gemüsebett dazu Kartoffelwürfel und Soße à la Hollandaise ^{G,G1,M,Me,La,S} 4561	Saftiges Rindergulasch in Champignonsoße mit Spiralnudeln ^{G,G1} 4229 L	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln ^{1,G,G1,M,Me,La} 1508 Rote Bete Salat ^{3,Sd} D810010
Di	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{M,Me,La,S} 4758	Filettöpfchen (Schweinemedaillon und Hähnchenfilets) in Feinschmecker-Soße, dazu Fingermöhren und Kräuterspätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S} 4127	Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein ^{G,G1,Ei,S} 4610 L	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott ^{10,G,G1,Ei,M,Me,La} 4524 L	Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln ^{20,G,G1,M,Me,La,S,Sn} 4211	Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree ^{G,G1,Fi,M,Me,La} 4430 L	Luftige Schokoladenmousse mit Soße ^{1,Sb,M,Me,La} 1506 Bohnensalat ^{2,Sd} D810013
Mi	Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln ^{Ei,M,Me,La,S} 4069	Schweineschnitzel Cordon bleu mit buntem Mischgemüse „naturell“ und Kartoffelwürfeln in Käsesoße ^{3,20,G,G1,M,Me,La,S} 4182	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn} 4297 L	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Früchten, dazu Gemüsereis ^{M,Me,La,S,Sn} 4400 L	Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln ^{Fi,M,Me,La,S,Sn} 4419	Goldgelbes Rührei mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, dazu Frühlingspüree ^{Ei,M,Me,La} 4581 L	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,G1,M,Me,La} 1507 gem. Gärtnerinsalat ^{Ei,Sn} D810002
Do	Scholle „Finkenwerder Art“ garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln ^{20,G,G1,K,Fi,M,Me,La} 4427	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S} 4779	Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale ^{G,G1,Ei,M,Me,La} 4543 L	Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,Sn} 4018	Klassischer Hühnersuppentopf ^{G,G1,Ei} 4621	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,S,Sn} 4060	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks ^{3,1,G,G1,Sb,M,Me,La,Sd} 1510 gem. Pariser Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810005
Fr	Spaghetti „Napoli Art“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{G,G1,Ei,M,Me,La} 4321	Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{G,G1,Fi,M,Me,La,S,Sn} 4418	Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln ^{M,Me,La,S,Sn} 4158 L	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein ^{3,20,M,Me,La,S} 4609	Süßer Kirschmichel mit Vanillesoße ^{G,G1,G3,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1} 4509	Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis ^{G,G1,M,Me,La,S,Sn} 4744 L	Apfel-Bananenmus ^{3,} 1557 gem. Hanseatensalat ^{Ei,Sb,M,Me,La,Sn} D810003
Sa*	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein ^{3,20,S} 4641	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Möhren und Spätzle ^{G,G1,Ei,S} 4740	Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis ^{G,G1,M,Me,La,S} 4780 L	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree ^{G,G1,Fi,M,Me,La} 4429 L	Zwei Rinderfrikadellen in herzhafter Bratensoße mit Porreegemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La} 4044	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung ^{9,G,G1,Ei,M,Me,La} 4542 L	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln ^{1,G,G1,Sb,M,Me,La} 1511 gem. Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810004
So*	Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S} 4260	***Weihnachts-Menü*** Fein geschnittenes Schweinefilet im Kräutermantel in kräftiger Soße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln ^{G,G1,S} 4133	Schlemmerfilet „Florentin“ vom Alaska-Seelachs (aus Filetblöcken portioniert) mit Spinat-Käse-Auflage, dazu Gemüsemischung und Rahmkartoffeln ^{G,G1,Fi,M,Me,La,S} 4424 L	Schweinegulasch „Jäger Art“ dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle ^{G,G1,Ei} 4145 L	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S} 4732	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln ^{M,Me,La,S,Sn} 4231 L	Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1509 Rohkostsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810006

* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,60 € pro Menü. An nicht bundeseinheitlichen Feiertagen wird dieser Zuschlag nur in den jeweiligen Bundesländern, in denen ein Feiertag ist, berechnet.

Sollten Sie im Laufe der Woche noch kurzfristige Änderungen wünschen, können Sie uns diese am Vortag der Lieferung bis 18:00 Uhr mitteilen.

Sie gehen über Ihre Bestellung hinaus keinerlei Vertragsbindung ein und müssen keine Kündigungsfrist einhalten.

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Wählen Sie Ihre Kostform: L = Angepasste Vollkost (leicht bekömmliche Menüs, die mild gewürzt und schonend gekocht sind)
● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35g Fett)

Freuen Sie sich auf leckeren Kuchen!
Tragen Sie bitte die gewünschte Anzahl neben der entsprechenden Abbildung im Bestellschein ein!
Ein Stück Kuchen kostet nur 1,79 €

= Apfelkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen ^{10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen ^{G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1}

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz = mit Alkohol = vegetarisch = ohne Gluten lt. Rezeptur = ohne Laktose lt. Rezeptur
Enthaltene Allergene: Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fische G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf
Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Änderungen vorbehalten