

Ihr Menüservice mit Herz



Ofenfrisch - dank Ofen an Bord!

Kalenderwoche: **6**

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}		Saftiges 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"/>
06.02.	4539		4416		4644		4767		4015		4199		D810008	06.02.							<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 Gemüserais ^{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"/>
07.02.	4606		4255		4590		4024		4583		4797		D810011	07.02.							<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 Gemüserais		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"/>
08.02.	4552		4159		4474		4798		4002		4099		D810003	08.02.							<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 Gemüserais ^{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"/>
09.02.	4249		4786		4554		4138		4622		4219		D810005	09.02.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fr	Gebratene Fischfrikadelle dazu Rahmspinat und Frühlingspüree ^{G,G1,Fi,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"/>
10.02.	4415		4568		4023		4154		4263		4502		D810001	10.02.							<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"/>
11.02.	4282		4176		4768		4645		4506		4022		D810007	11.02.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
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 Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S}		Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüserais ^{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"/>
12.02.	4273		4308		4191		4548		4458		4493		D810000	12.02.							<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 appetito 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}

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 It. Rezeptur = ohne Laktose It. 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: **7**

Menü	Kalenderwoche: 7						Dessert Salat	Kuchen Anzahl
	1	2	3	4	5	6		
Mo	<input type="checkbox"/>							
13.02.	<input type="checkbox"/>							
Di	<input type="checkbox"/>							
14.02.	<input type="checkbox"/>							
Mi	<input type="checkbox"/>							
15.02.	<input type="checkbox"/>							
Do	<input type="checkbox"/>							
16.02.	<input type="checkbox"/>							
Fr	<input type="checkbox"/>							
17.02.	<input type="checkbox"/>							
Sa*	<input type="checkbox"/>							
18.02.	<input type="checkbox"/>							
So*	<input type="checkbox"/>							
19.02.	<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 de appetito 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	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,G1,M,Me,La,S} 	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn} 	Gefüllter, vegetarischer Strudel auf Gemüsebett dazu Kartoffelwürfel und Soße à la Hollandaise ^{G,G1,M,Me,La,S} 	Saftiges Rindergulasch in Champignonsoße mit Spiralnudeln ^{G,G1} 	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln ^{1,G,G1,M,Me,La} 1508	Rote Bete Salat ^{3,Sd} D810010						
13.02.	4197	4494	4225	4748	4561	4229								
Di	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,G1,Ei,M,Me,La,S} 	Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein ^{G,G1,Ei,S} 	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott ^{10,G,G1,Ei,M,Me,La} 	Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln ^{20,G,G1,M,Me,La,S,Sn} 	Panierte Fischstäbchen mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree ^{G,G1,Fi,M,Me,La} 	Luftige Schokoladenmousse mit Soße ^{1,Sb,M,Me,La} 1506	Bohnensalat ^{2,Sd} D810013						
14.02.	4758	4127	4610	4524	4211	4430								
Mi	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,G1,M,Me,La,S} 	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn} 	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Früchten, dazu Gemüserais ^{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,G1,M,Me,La} 1507	gem. Gärtnerinsalat ^{Ei,Sn} D810002						
15.02.	4069	4182	4297	4400	4419	4581								
Do	Scholle „Finkenwerder Art“ garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln ^{20,G,G1,K,Fi,M,Me,La} 	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S} 	Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale ^{G,G1,Ei,M,Me,La} 	Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La,Sn} 	Klassischer Hühnersuppentopf ^{G,G1,Ei} 	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,S,Sn} 	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						
16.02.	4427	4779	4543	4018	4621	4060								
Fr	Spaghetti „Napoli Art“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße ^{G,G1,Ei,M,Me,La} 	Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln ^{G,G1,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,G1,G3,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1} 	Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis ^{G,G1,M,Me,La,S,Sn} 	Apfel-Bananenmus ³ 1557	gem. Hanseatensalat ^{Ei,Sb,M,Me,La,Sn} D810003						
17.02.	4321	4418	4158	4609	4509	4744								
Sa*	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein ^{3,20,S} 	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Möhren und Spätzle ^{G,G1,Ei,S} 	Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis ^{G,G1,M,Me,La,S} 	Fischstäbchen mit Rahmspinat und Kartoffelpüree ^{G,G1,Fi,M,Me,La} 	Zwei Rinderfrikadellen in herzhafter Bratensoße mit Porreegemüse und Petersilienkartoffeln ^{G,G1,Ei,M,Me,La} 	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung ^{9,G,G1,Ei,M,Me,La} 	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln ^{1,G,G1,Sb,M,Me,La} 1511	gem. Blattsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810004						
18.02.	4641	4740	4780	4429	4044	4542								
So*	Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S} 	Zartes Kalbgeschnetzeltes in Pfefferrahmsoße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln ^{G,G1,M,Me,La,S} 	Schlemmerfilet „Florentin“ vom Alaska-Seelachs (aus Filetblöcken portioniert) mit Spinat-Käse-Auflage, dazu Gemüsemischung und Rahmkartoffeln ^{G,G1,Fi,M,Me,La,S} 	Schweinegulasch „Jäger Art“ dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle ^{G,G1,Ei} 	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle ^{G,G1,Ei,M,Me,La,S} 	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln ^{M,Me,La,S,Sn} 	Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1509	Rohkostsalat ^{Ei,Sb,M,Me,La} D810006						
19.02.	4260	4320	4424	4145	4732	4231								

* 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 appetito 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: **8**

Menü-angebot	1	9,79 €	2	10,59 €	3	9,49 €	4	9,19 €	5	9,19 €	6	8,29 €	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)	Vegetarische Menüs	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €																		
Mo 20.02.	Hausgemachter Aprikosenmichel mit Vanillesoße G,G1,Ei,M,Me,La 4516	Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse Fi,M,Me,La 4417 ●	Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln 4226 ● L	Spaghetti mit grünem Pesto und einer Käse-Tomaten-Garnitur G,G1,Ei,M,Me,La,S 4540 ● L	Currywurst mit Kartoffelspalten ^{3,Sn} 4088 ●	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln G,G1,M,Me,La 4762 ● L	Luftige Schokoladenmousse mit Soße ^{1,5b,M,Me,La} 1506	Gurkensalat ^{3,Sd} D810008	Mo 20.02.														<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Di 21.02.	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis G,G1,Ei,S 4026 ●	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln G,G1,S,Sn 4221 ●	Hähnchencurry „Indische Art“ Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis M,Me,La,Sn 4778 ● L	Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree G,G1,M,Me,La 4594 ● L	Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln G,G1,Ei 4024 ●	Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße G,G1,Ei,M,Me,La 4502 L	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks ^{3,1,G,G1,5b,M,Me,La,Sd} 1510	Rotkrautsalat ^{3,Sd} D810012	Di 21.02.														<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Mi 22.02.	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4098 ●	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4748 ●	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen ^{10,M,Me,La} 4501 ● L	Gnocchi in einer Gemüse Mischung „Mediterrane Art“ G,G1,M,Me,La 4591 ●	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingszwiebel Garnitur G,G1,M,Me,La 4668	Herzhafte Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn 4233 ● L	Rhabarbermus ^{3,} 1553	Feldsalat ^S D810000	Mi 22.02.														<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Do 23.02.	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüse Mischung und Salzkartoffeln M,Me,La,S 4758 ●	Schweineschnitzel Natur in einer Café-de-Paris-Soße dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwiebeln und kleine Kartoffelrösti 20,G,G1,M,Me,La,Sn 4108 ●	Pasta Duett Cannelloni gefüllt mit Rinderhackfleisch in Tomaten-Sahne-Soße und Penne in Käse-Spinat-Soße G,G1,Ei,M,Me,La,S 4577 ● L	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4554 ● L	Apfelstrudel mit Vanillesoße ^{G,G1,M,Me,La} 4512	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senfsoße mit buntem Gemüseris G,G1,F,M,Me,La,Sn 4493 ● L	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,G1,M,Me,La} 1507	gem. Fitness-Blattsalat ^{Ei,Sn} D810001	Do 23.02.														<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Fr 24.02.	Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle 20,G,G1,Ei,Sn 4154 ●	Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsoße, dazu Salzkartoffeln ^{20,} 4785 ●	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln G,G1,F,M,Me,La,S 4465 ● L	Cremiges Champignonragout mit Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4587 ● L	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4081	Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln 4603 ● L	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1509	Karottensalat ^{3,Sd} D810009	Fr 24.02.															<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa* 25.02.	Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck dazu Rübensgemüse und Stampfkartoffeln 3,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4076	Kräftiger Burgunderbraten vom Rind, dazu Rosenkohl und Spätzle 20,G,G1,Ei,S,Sn 4269 ●	Klassischer Hühnersuppentopf ^{G,G1,Ei} 4621 ● L	Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur 4560 ●	Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Möhren und Risi-Bisi G,G1,F,M,Me,La,Sn 4433 ●	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4040 ● L	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1503	gem. Gärtnerinsalat ^{Ei,Sn} D810002	Sa* 25.02.														<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
So* 26.02.	Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße Ei,M,Me,La,S 4263 ●	Gedünstetes Lachsfilet (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln G,G1,F,M,Me,La,S 4411 ●	Schweineschnitzel in Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4189 ● L	Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten-Gemüse-Soße ⁵ 4588 ●	Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln 4759 ●	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 4168 ● L	Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks ^{1,G,G1,M,Me,La} 1505	Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas ^{2,S} D810007	So* 26.02.														<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,G1,Ei,M,Me,La}
 = Kirschkuchen^{10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb}
 = Butterkuchen^{G,G1,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 It. Rezeptur = ohne Laktose It. 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

Menü-Service AWO Gelsenkirchen
Bestellschein

Kalenderwoche: **9**

Menü	Kalenderwoche: 9						Dessert Salat	Kuchen Anzahl
	1	2	3	4	5	6		
Mo	<input type="checkbox"/>							
27.02.	<input type="checkbox"/>							
Di	<input type="checkbox"/>							
28.02.	<input type="checkbox"/>							
Mi	<input type="checkbox"/>							
01.03.	<input type="checkbox"/>							
Do	<input type="checkbox"/>							
02.03.	<input type="checkbox"/>							
Fr	<input type="checkbox"/>							
03.03.	<input type="checkbox"/>							
Sa*	<input type="checkbox"/>							
04.03.	<input type="checkbox"/>							
So*	<input type="checkbox"/>							
05.03.	<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	9,79 €	2	10,59 €	3	9,49 €	4	9,19 €	5	9,19 €	6	8,29 €	Dessert 0,79 €	
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat 1,29 €		
Mo	Zwei Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>		Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small>		Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small>		Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße mit Langkornreis <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small>		Klassischer Kaiserschmarrn mit Apfel-Rosinen-Kompott <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>		Geflügelrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small>		Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln <small>1,G,G1,M,Me,La</small>	1508
27.02.	4086 ●		4751 ●		4124 ● L		4548 ●		4523 ●		4790 ● L	Rote Bete Salat <small>3,Sd</small>	D810010	
Di	Erbensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein <small>3,20,S,Sn</small>		Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small>		Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree <small>G,G1,F,M,Me,La</small>		Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese <small>G,G1,G3,S</small>		Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln <small>3,M,Me,La,S,Sn</small>		Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>		Schokoladenmousse mit Kirschkompott <small>1,Sb,M,Me,La</small>	1504
28.02.	4606 ●		4202 ●		4429 ● L		4552 ● L		4767 ●		4553 ● L	Weißkrautsalat <small>3,Sd</small>	D810011	
Mi	„Himmel und Erde“ Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderrikadelle und Mettbällchen vom Schwein <small>3,G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Brokkoli und Kräuterspätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott <small>10,G,G1,Ei,M,Me,La</small>		Kleine Gemüserösti dazu Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und ein cremiger Dip <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Se</small>		Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln <small>G,G1,Ei</small>		Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle <small>G,G1,Ei,S</small>		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln <small>1,G,G1,Sb,M,Me,La</small>	1511
01.03.	4378 ●		4334 ●		4524 ● L		4508 ●		4001 ●		4146 ● L	gem. Blattsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	D810004	
Do	Gebratene Geflügelleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln <small>G,G1,Sb,S</small>		Seelachs in Kräutermarinade (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln <small>Fi</small>		Klopse „Königsberger Art“ aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf mit Kartoffelwürfeln		Schweinegulasch „Hausfrauen Art“ mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln <small>20,G,G1,M,Me,La,S</small>		Reibekuchen mit Apfelmus <small>G,G1,Ei</small>		Apfel-Bananenmus <small>3,</small>	1557
02.03.	4445 ●		4407 ●		4079 ● L		4639 ● L		4164 ●		4557 ● L	Rohkostsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	D810006	
Fr	Panierte Alaska-Seelachshappen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Petersilienkartoffeln mit würzigem Dip <small>G,G1,F,M,Me,La,Sn</small>		Schweinemedaillons in feiner Rahmsauce mit Apfelrotkohl und Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein <small>G,G1,Ei,S</small>		Käsespätzle mit Röstzwiebelgarnitur <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>		Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüseris		Bratwurst vom Schwein in Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>3,1,G,G1,Sb,M,Me,La,Sd</small>	1510
03.03.	4462 ●		4176 ●		4610 ● L		4558 ●		4798 ●		4082 ● L	Gurkensalat <small>3,Sd</small>	D810008	
Sa*	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker <small>M,Me,La</small>		Scholle „Finkenwerder Art“ (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln <small>20,G,G1,K,Fi,M,Me,La</small>		Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße dazu grüne Bohnen „naturell“ und Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>		Gyrossuppe mit Schweinegeschnetzeltem <small>M,Me,La</small>		Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße dazu Erbsen „naturell“ und Langkornreis		Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit <small>1,G,G1,G3,M,Me,La</small>	1509
04.03.	4539 ●		4427 ●		4061 ● L		4543 ● L		4630 ●		4792 ● L	gem. Pariser Blattsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	D810005	
So*	Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen <small>20,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>		Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La</small>		Hähnchen „Cordon bleu“ (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt), mit natürlichen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree <small>20,G,G1,M,Me,La</small>		Spinat-Käse-Strudel dazu eine Reisnudelpfanne mit Gemüse „mediterrane Art“ und Tomatensoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Zwei Rinderrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>		Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle <small>G,G1,Ei,S</small>		Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <small>1,G,G1,M,Me,La</small>	1507
05.03.	4117 ●		4210 ●		4770 ● L		4562 ●		4013 ●		4227 ● L	gem. Hanseatensalat <small>Ei,Sb,M,Me,La,Sn</small>	D810003	

* 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
 = Kirschkuchen
 = Butterkuchen

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz
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



Kalenderwoche: **10**

Menü-angebot	1 9,79 €		2 10,59 €		3 9,49 €		4 9,19 €		5 9,19 €		6 8,29 €		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)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat 1,29 €												
Mo 06.03.	Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln <small>F,M,Me,La,S,Sn</small> 4419		Zarte Schweinemedallions in Champignonsoße mit Feinschmeckergemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4190		Grüne-Bohnen-Eintopf mit geschnittenem Rindfleisch ⁵ 4645		Südländische Gemüse-Nudelpfanne „vegetarisch“ mit Tomaten und Paprika <small>G,G1</small> 4549		Hähnchenfilet „Gärtnerin Art“ in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4780		Hausgemachte Rinderfrikadelle in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4097		Apfelmus ^{3,} 1552 Rotkrautsalat ^{3,Sd} D810012		Mo 06.03.									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di 07.03.	Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art“ mit Langkornreis <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4745		Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln <small>20,G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> 4211		Schweinegulasch „Jäger Art“ dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle <small>G,G1,Ei</small> 4145		Rührei mit Spinat und Salzkartoffeln <small>Ei,M,Me,La</small> 4565		Nudeln in Rahmsoße mit Lauch und herzhaftem Schinken <small>3,20,G,G1,M,Me,La,S</small> 4551		Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4573		Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks ^{1,G,G1,M,Me,La} 1505 Bohnsalat ^{2,Sd} D810013		Di 07.03.									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi* Weltfrauentag 08.03.	Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art“ in Champignonsoße mit Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4153		Ente „asiatische Art“ in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis ^{5b} 4782		Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4053		Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße mit buntem Gemüse <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4598		Traditionelle Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4074		Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln <small>M,Me,La,S,Sn</small> 4231		Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1503 gem. Fitness-Blattsalat <small>Ei,Sn</small> D810001		Mi* Weltfrauentag 08.03.									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do 09.03.	Festtagssuppe mit Rindfleisch und Grießnockerln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4693		Schweineschnitzel Cordon bleu mit buntem Mischgemüse „naturell“ und Kartoffelwürfeln in Käsesoße ^{3,20,G,G1,M,Me,La,S} 4182		Geflügelrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small> 4768		Kartoffel-Gemüse-Reibekuchen mit einem feinen Gemüsemix und einem cremigen Dip <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4576		In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott ^{10,G,G1,M,Me,La} 4533		Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln <small>G,G1,F,M,Me,La</small> 4434		Luftige Schokoladenmousse mit Soße ^{1,Sb,M,Me,La} 1506 Feldsalat ^S D810000		Do 09.03.									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr 10.03.	Spaghetti Bolognese mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein <small>G,G1,Ei,S</small> 4584		Paniertes Alaska-Seelachs mit Kräuterfüllung (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Romanesco, Blumenkohl und Brokkoli in Soße und Salzkartoffeln <small>G,G1,F,M,Me,La,S,Sn</small> 4402		Quarktaler auf Vanillesoße dazu Ananas-Mango-Kompott <small>9,G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4590		Cremige Erbsensuppe mit Gemüseeinlage <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4683		Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4080		Zartes Schweinegeschnetzeltes in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfe-Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4163		Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln ^{1,G,G1,M,Me,La} 1508 gem. Blattsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small> D810004		Fr 10.03.									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa* 11.03.	Kasselerbraten in Bratensaft mit Sauerkraut und Kartoffelpüree ^{3,20,M,Me,La,S} 4102		Rinderroulade in kräftiger Bratensoße mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4203		Panierte Hähnchen-Happen (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt) mit Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4747		Feine Gemüsevielfalt mit einer Karottenecke in Knusperpanade, Romanesco-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln, dazu eine cremige Buttersoße <small>G,G1,G3,M,Me,La,S</small> 4556		Grünkohleintopf mit geschnittener Mettwurst vom Schwein ^{3,20,S,Sn} 4614		Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4515		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln ^{1,G,G1,Sb,M,Me,La} 1511 Karottensalat ^{3,Sd} D810009		Sa* 11.03.									<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So* 12.03.	Rinderbraten in einer Senf-Butter-Soße dazu Kaisergemüse und kleine Kartoffeln mit Schale <small>M,Me,La,Sn</small> 4217		Zartes Gulasch vom Hirsch in feiner Rotweinsauce mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4319		Paniertes Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel <small>G,G1,F,M,Me,La,S,Sn</small> 4472		Eieromelette auf Ratatouille-Gemüse dazu Käse-Ricotta-Tortellini in Käsesoße mit Spinat <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4595		Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4192		Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell“ und Gabelspaghetti <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4755		Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks ^{3,1,G,G1,Sb,M,Me,La,Sd} 1510 gem. Gärtnerinsalat <small>Ei,Sn</small> D810002		So* 12.03.									<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,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 It. Rezeptur = ohne Laktose It. 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: **11**

Menü	1 2 3 4 5 6						Dessert	Kuchen
							Salat	Anzahl
Mo	<input type="checkbox"/>							
13.03.	<input type="checkbox"/>							
Di	<input type="checkbox"/>							
14.03.	<input type="checkbox"/>							
Mi	<input type="checkbox"/>							
15.03.	<input type="checkbox"/>							
Do	<input type="checkbox"/>							
16.03.	<input type="checkbox"/>							
Fr	<input type="checkbox"/>							
17.03.	<input type="checkbox"/>							
Sa*	<input type="checkbox"/>							
18.03.	<input type="checkbox"/>							
So*	<input type="checkbox"/>							
19.03.	<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	9,79 €	2	10,59 €	3	9,49 €	4	9,19 €	5	9,19 €	6	8,29 €	Dessert 0,79 €	
	Herzhafte Menüs		Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat	1,29 €
Mo	Rinderleber „Berliner Art“ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		Alaska-Seelachs mit Spinat-Käse-Auflage (aus nachhaltiger Fischwirtschaft), dazu eine Gemüsemischung und Rahmkartoffeln G,G1,F,M,Me,La		Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln G,G1,S,Sn		Spätzlepfanne mit Rübengemüse, Silberzwiebeln und Tomatenwürfeln, garniert mit Käse G,G1,Ei,M,Me		Chili con Carne (mild abgeschmeckt) vom Rind mit Langkornreis ^S		Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf^S		Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit 1,G,G1,M,Me,La 1507	
13.03.													Gurkensalat 3,Sd D810008	
Di	Käse-Ricotta-Tortelloni in cremiger Käsesoße mit Schinken und Erbsen 3,20,G,G1,Ei,M,Me,La,S		Sauerbraten „Fränkischer Art“ in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Pflaumenkompott 10,G,G1,M,Me,La		Gefüllte Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Gemüse in einer kräftigen Tomatensoße G,G1,M,Me,La		Deftiges Eisbein auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree 3,20,M,Me,La		Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis G,G1,M,Me,La,S,Sn		Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit 1,G,G1,G3,M,Me,La 1509	
14.03.													Weißkrautsalat 3,Sd D810011	
Mi	Süßer Kirschmichel mit Vanillesoße G,G1,G3,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1		Medaillons vom Schwein in einer rosa Pfeffersoße dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflespätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		Hähnchencurry „Indische Art“ Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis M,Me,La,Sn		Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, grünen Bohnen und Fingermöhren, dazu Stampfkartoffeln M,Me,La,S		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	
15.03.													gem. Hanseatensalat Ei,Sb,M,Me,La,Sn D810003	
Do	Tafelspitz aus zartem Rindfleisch in Schnittlauch-Rahmsoße mit Suppengemüse, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		Zwei Hähnchenoberkeulen in Champignon-Paprikasoße mit Erbsen und Gabelspaghetti G,G1,M,Me,La,S		Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Salzkartoffeln F,M,Me,La,S,Sn		Trivellinudeln mit grünem Gemüsemix in Joghurtsoße G,G1,M,Me,La		Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,Sn		Champignons in Rahmsoße dazu Serviettenknödel G,G1,Ei,M,Me,La,S		Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks 1,G,G1,G3,M,Me,La 1503	
16.03.													gem. Pariser Blattsalat Ei,Sb,M,Me,La D810005	
Fr	Seelachsfilet in einer Tomatensoße „Mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kartoffelwürfel ^F		Zartes Kalbsgeschnetzeltes in Pfefferrahmsoße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln G,G1,Ei,S,Sn		Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		Saftiges Kasseler in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln 3,20,G,G1,M,Me,La,S		Rhabarbermus 3, 1553	
17.03.													gem. Fitness-Blattsalat Ei,Sn D810001	
Sa*	Hähnchenbrust in Rahmsoße dazu Steckrüben-Möhren-Gemüse und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln G,G1,F,M,Me,La,S,Sn		Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch ^{S,Sn}		Kohlrabi-Pastinaken-Schnitzel in Haferflockenpanade mit dunkler Soße, dazu Rübengemüse und Zwiebel-Kartoffelstampf G,G1,G4,M,Me,La,S		Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüseris ^{Sn}		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	
18.03.													Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas 2,S D810007	
So*	Röstzwiebelschnitzel vom Schwein dazu cremiges Weißkraut mit Möhren und Röstkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn		Geschnittene Entenbrust in Rotwein-Balsamico-Soße, dazu Fingermöhren „naturell“ und Kartoffelklöße G,G1,Ei,M,Me,La,S		Sauerrahmgulasch vom Schwein mit Romanesco und Pariser Karotten, dazu Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		Herzhafter Spinatpfannkuchen mit Frischkäsefüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffelwürfel G,G1,Ei,M,Me,La		Nudelpfanne „Asiatische Art“ mit Hähnchenbruststückchen G,G1,Ei,Sb		Rinderroulade mit Hackfleischfüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffel-Senf-Stampf G,G1,G2,M,Me,La,Sn		Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümel 1,G,G1,Sb,M,Me,La 1511	
19.03.													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



Kalenderwoche: 12

Menü-angebot	1	9,79 €	2	10,59 €	3	9,49 €	4	9,19 €	5	9,19 €	6	8,29 €	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)	Vegetarische Menüs	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €																	
Mo	Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln <small>Ei,M,Me,La,S</small>	Schweinerückenbraten in Feinschmecker-Soße dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>	Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>	Erbstaler in Mehlsaatenpanade dazu eine cremige Curry-Soße und Gemüseris <small>G,Gl,M,Me,La</small>	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott <small>10,G,Gl,M,Me,La</small>	Saftiges Rindergulasch in Champignonsoße mit Spiralnudeln <small>G,Gl</small>	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln <small>1,G,Gl,M,Me,La</small>	Rote Bete Salat <small>3,Sd</small>	Mo															
20.03.	4069	4183	4761	4592	4533	4229	1508	D810010	20.03.															
Di	Zarte Hähnchenbrust in einer cremigen Zwiebelsoße mit Gemüse-Nudeln <small>G,Gl,M,Me,La</small>	Herzhafter Krustenbraten vom Schwein in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen <small>G,Gl,G3,Ei,M,Me,La,S</small>	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsauce <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein <small>3,20,5</small>	Panierte Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree <small>G,Gl,F,M,Me,La</small>	Luftige Schokoladenmousse mit Soße <small>1,Sb,M,Me,La</small>	Bohnsalat <small>2,Sd</small>	Di															
21.03.	4776	4120	4297	4571	4641	4430	1506	D810013	21.03.															
Mi	Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen, dazu Salzkartoffeln <small>3,20</small>	Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsauce mit Gartengemüse und Bandnudeln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsauce mit Früchten, dazu Gemüseris <small>M,Me,La,S,Sn</small>	Vegetarischer Kürbis-Kartoffeleintopf mit Steckrübe	Gebratene Fischfrikadelle (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Rahmspinat und Frühlingspüree <small>G,Gl,Fi,M,Me,La</small>	Goldgelbes Rührei mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, dazu Frühlingspüree <small>Ei,M,Me,La</small>	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <small>1,G,Gl,M,Me,La</small>	gem. Gärtnerinsalat <small>Ei,Sn</small>	Mi															
22.03.	4197	4273	4400	4628	4415	4581	1507	D810002	22.03.															
Do	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein <small>3,20,M,Me,La,S</small>	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Möhren und Spätzle <small>G,Gl,Ei,S</small>	Hackbällchen vom Schwein und Rind in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>	Bandnudeln Carbonara mit geräuchertem Speck in Käsesauce <small>20,G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,Gl,S,Sn</small>	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>3,1,G,Gl,Sb,M,Me,La,Sd</small>	gem. Pariser Blattsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	Do															
23.03.	4609	4740	4095	4585	4507	4060	1510	D810005	23.03.															
Fr	Topfenknödel mit Nougatcremefüllung dazu Vanillesoße und fruchtiges Himbeer-Erdbeer-Kompott <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Fi,Sf2</small>	Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße (aus verantwortungsvoller Aquakultur) dazu eine Gemüsemischung mit Bohnen, Möhren und Romanesco und Salzkartoffeln <small>Fi,M,Me,La,Sn</small>	Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln <small>M,Me,La,S,Sn</small>	Linsebällchen mit einer Perludel-Gemüse-Pfanne dazu ein cremiger Joghurt-Dip <small>G,Gl,G4,Ei,M,Me,La,S</small>	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>	Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>	Apfel-Bananenmus <small>3</small>	gem. Hanseatsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La,Sn</small>	Fr															
24.03.	4500	4494	4158	4555	4732	4219	1557	D810003	24.03.															
Sa*	Paniertes Alaska Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Erbsen und Möhren in Buttersauce, dazu Frühlingspüree <small>G,Gl,Fi,M,Me,La,S</small>	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>	Gemüseintopf nach „Gärtnerin Art“ mit frittierten Mettbällchen vom Schwein <small>G,Gl,Ei,S</small>	Spaghetti „Napoli Art“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Rinderfrikadelle „Griechische Art“ dazu Tomaten-Paprika-Reis und Grillgemüse in einer fruchtigen Soße <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung <small>9,G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln <small>1,G,Gl,Sb,M,Me,La</small>	gem. Blattsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	Sa*															
25.03.	4425	4765	4612	4321	4045	4542	1511	D810004	25.03.															
So*	Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensauce, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>	Filettöpfchen (Schweinemedaillon und Hähnchenfilets) in Feinschmeckersauce, dazu Fingermöhren und Kräuterspätzle <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>	Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf <small>Fi,M,Me,La,Sn</small>	Saftige Gemüsefrikadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>	Paniertes Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße dazu Spiralnudeln <small>20,G,Gl,Sn</small>	Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsauce mit Gemüseeinlage dazu bunter Gemüseris <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit <small>1,G,Gl,G3,M,Me,La</small>	Rohkostsalat <small>Ei,Sb,M,Me,La</small>	So*															
26.03.	4260	4127	4432	4387	4131	4797	1509	D810006	26.03.															

* 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 appetito 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 _____

Menü-Service AWO Gelsenkirchen
Bestellschein

Kalenderwoche: **13**

Menü	Kalenderwoche: 13						Dessert	Kuchen
	1	2	3	4	5	6	Salat	Anzahl
Mo							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.03.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.03.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.03.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.03.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31.03.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
01.04.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02.04.							<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 de appetito 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 9,79 €	2 10,59 €	3 9,49 €	4 9,19 €	5 9,19 €	6 8,29 €	Dessert 0,79 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Vegetarische Menüs	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	Salat 1,29 €
Mo	Hausgemachter Aprikosenmichel mit Vanillesoße G,G1,Ei,M,Me,La 4516	Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse F,M,Me,La 4417 ●	Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln 4226 ● L	Spaghetti mit grünem Pesto und einer Käse-Tomaten-Garnitur G,G1,Ei,M,Me,La,S 4540 ● L	Currywurst mit Kartoffelspalten ^{3,Sn} 4088 ●	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln G,G1,M,Me,La 4762 ● L	Luftige Schokoladenmousse mit Soße ^{1,5b,M,Me,La} 1506
27.03.							Gurkensalat ^{3,5d} D810008
Di	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis G,G1,Ei,S 4026 ●	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln G,G1,S,Sn 4221 ●	Hähnchencurry „Indische Art“ Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis M,Me,La,Sn 4778 ● L	Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree G,G1,M,Me,La 4594 ● L	Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln G,G1,Ei 4024 ●	Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße G,G1,Ei,M,Me,La 4502 L	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks ^{3,1,G,G1,5b,M,Me,La,Sd} 1510
28.03.							Rotkrautsalat ^{3,5d} D810012
Mi	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4098 ●	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4748 ●	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen ^{10,M,Me,La} 4501 ● L	Gnocchi in einer Gemüsemischung „Mediterrane Art“ G,G1,M,Me,La 4591 ●	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingsschwibel Garnitur G,G1,M,Me,La 4668	Herzhaftes Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn 4233 ● L	Rhabarbermus ^{3,} 1553
29.03.							Feldsalat ⁵ D810000
Do	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln M,Me,La,S 4758 ●	Schweineschnitzel Natur in einer Café-de-Paris-Soße dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwiebeln und kleine Kartoffelrösti 20,G,G1,M,Me,La,Sn 4108 ●	Pasta Duett Cannelloni gefüllt mit Rinderhackfleisch in Tomaten-Sahne-Soße und Penne in Käse-Spinat-Soße G,G1,Ei,M,Me,La,S 4577 ● L	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4554 ● L	Apfelstrudel mit Vanillesoße ^{G,G1,M,Me,La} 4512	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senfsoße mit buntem Gemüseris G,G1,F,M,Me,La,Sn 4493 ● L	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit ^{1,G,G1,M,Me,La} 1507
30.03.							gem. Fitness-Blattsalat ^{Ei,Sn} D810001
Fr	Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle 20,G,G1,Ei,Sn 4154 ●	Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsauce, dazu Salzkartoffeln ^{20,} 4785 ●	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln G,G1,F,M,Me,La,S 4465 ● L	Cremiges Champignonragout mit Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4587 ● L	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4081	Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln 4603 ● L	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1509
31.03.							Karottensalat ^{3,5d} D810009
Sa*	Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln 3,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4076	Kräftiger Burgunderbraten vom Rind , dazu Rosenkohl und Spätzle 20,G,G1,Ei,S,Sn 4269 ●	Klassischer Hühnersuppentopf ^{G,G1,Ei} 4621 ● L	Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur 4560 ●	Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Möhren und Risi-Bisi G,G1,Fi,M,Me,La,Sn 4433 ●	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4040 ● L	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks ^{1,G,G1,G3,M,Me,La} 1503
01.04.							gem. Gärtnerinsalat ^{Ei,Sn} D810002
So*	Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße Ei,M,Me,La,S 4263 ●	Gedünstetes Lachsfilet (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln G,G1,F,M,Me,La,S 4411 ●	Schweineschnitzel in Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4189 ● L	Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten-Gemüse-Soße ⁵ 4588 ●	Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln 4759 ●	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 4168 ● L	Himbeercrème mit Fruchtsoße auf Schokokeks ^{1,G,G1,M,Me,La} 1505
02.04.							Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas ^{2,5} 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 appetito 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 It. Rezeptur = ohne Laktose It. 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