

**Kunde:**  
**Wohnort:**  
**Telefon:**

Information und Bestellung: Tel. 0281 – 163670-60 (Montag bis Freitag 9 - 11 Uhr)

mahlzeitendienst@caritas-voerde.de

|                    | 7,20 € Menü 1<br>Silber<br>Mini 6,70 €  | 7,20 € Menü 2<br>Blau   | 7,20 € Menü 3<br>Salate   | 7,20 € Menü 4<br>Vegetarisch   | 7,20 € Menü 5<br>Lila   | 7,20 € Menü 6<br>Diabetiker / auch passiert  |
|--------------------|---|---|---|--|---|--|
| <b>Mo</b><br>10.02 | <b>Erbsensuppe</b><br>mit Bockwurst<br><br>k.J: 2165 kcal: 517KH: 22,8 BE: Fett: 28,5<br>ZS: 5,6,13a,16,19,20,22                              | <b>Putengeschnetzeltes*</b><br>in Champignonsoße<br>dazu Rosenkohl<br>und Püree<br><br>k.J: 2077 kcal: 497KH: 54,0 BE: Fett: 23,0<br>ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,20 | <b>Bunter Salat*</b><br>mit Hähnchenbrust<br>Dressing<br><br>k.J: 1218 kcal: 294KH: 19,3 BE: Fett: 4,2<br>ZS: 5,7,10,13a,16,20          | <b>Veg. Rosenkohl-Einopf*</b><br><br><br>k.J: 1548 kcal: 370KH: 22,4 BE: Fett: 13,6<br>ZS: 13a,19  | <b>Apfelpfannkuchen*</b><br>mit Vanillesoße<br><br>k.J: 1742 kcal: 416KH: 41,0 BE: Fett: 24,6<br>ZS: 7,10,13a,16                          | <b>Erbsensuppe</b><br>mit Bockwurst<br><br>k.J: 2152 kcal: 488KH: 20,8 BE: 3,0 Fett: 25,7<br>ZS: 5,6,13a,16,19,20                              |
| <b>Di</b><br>11.02 | <b>Hähnchenschnitzel*</b><br>mit Currysoße<br>und Erbsen<br>dazu Reis<br><br>k.J: 2022 kcal: 483KH: 32,4 BE: Fett: 17,9<br>ZS: 2,3,4,7,13a,16 | <b>Mini-Haxe</b><br>mit Sauerkraut<br>und Kartoffelpüree<br><br>k.J: 2098 kcal: 543KH: 65,4 BE: Fett: 32,9<br>ZS: 7,13a,16                                    | <b>Salatteller*</b><br>mit Hähnchennuggets<br>und Dressing<br><br>k.J: 1318 kcal: 315KH: 16,5 BE: Fett: 19,7<br>ZS: 2,5,7,10,13a,16,20  | <b>Rührei *</b><br>mit Rahmspinat<br>und Püree<br><br>k.J: 1809 kcal: 432KH: 24,0 BE: Fett: 16,3<br>ZS: 2,3,5,7,10,13a,16                          | <b>Blumenkohl-Auflauf</b><br>mit Käse überbacken<br><br>k.J: 2565 kcal: 613KH: 61,0 BE: Fett: 37,0<br>ZS: 2,5,10,13a,16                   | <b>Hähnchenschnitzel*</b><br>mit Currysoße<br>und Erbsen<br>dazu Reis<br><br>k.J: 1988 kcal: 475KH: 27,4 BE: 2,5 Fett: 15,5<br>ZS: 2,5,13a,16a |
| <b>Mi</b><br>12.02 | <b>Putenkeule</b><br>mit Rotkohl<br>und Kartoffeln<br><br>k.J: 2347 kcal: 561KH: 48,2 BE: Fett: 38,2<br>ZS: 2,13a,7,16,20                     | <b>Hähnchenbrust*</b><br>mit Basilikum-Sahnesoße<br>dazu Salat und<br>Spätzle<br><br>k.J: 2252 kcal: 539KH: 65,4 BE: Fett: 32,0<br>ZS: 7,13a,16               | <b>Gem. Salat*</b><br>mit Käse<br>und Dressing<br><br>k.J: 1418 kcal: 339KH: 18,0 BE: Fett: 15,7<br>ZS: 1,2,7,10,13a,16,19,20           | <b>Gemüse-Pilz-Pfanne*</b><br>mit Käse-Sahne-Soße<br>und Röstzwiebelpüree<br><br>k.J: 2232 kcal: 533KH: 75,4 BE: Fett: 16,3<br>ZS: 2,5,7,10,13a,16 | <b>Frikadelle mit<br/>Speck-Zwiebel-Soße<br/>Salat und Spätzle</b><br><br>k.J: 2840 kcal: 679KH: 68,0 BE: Fett: 37,0<br>ZS: 2,3,10,13a,16 | <b>Putenkeule</b><br>mit Rotkohl<br>und Kartoffeln<br><br>k.J: 2283 kcal: 548KH: 37,4 BE: 3,0 Fett: 315,0<br>ZS: 2,5,13a,16,20                 |
| <b>Do</b><br>13.02 | <b>Mettwurst</b><br>mit Jägerkohl<br>dazu Röstzwiebelpüree<br><br>k.J: 2472 kcal: 591KH: 61,0 BE: Fett: 38,2<br>ZS: 2,3,4,5,6,7,13a,16,20     | <b>Schnitzel</b><br>"Puszta-Art"<br>dazu Rösti<br><br>k.J: 2725 kcal: 652KH: 74,8 BE: Fett: 37,0<br>ZS: 2,5,7,10,13a,16,20                                    | <b>Thunfisch-Reissalat</b><br>1 Brötchen<br><br>k.J: 1988 kcal: 425KH: 49,5 BE: Fett: 18,6<br>ZS: 2,7,10,12,13a,16,20                   | <b>Veg. Röstling</b><br>"Puszta-Art"<br>dazu Rösti<br><br>k.J: 2615 kcal: 625KH: 60,2 BE: Fett: 16,0<br>ZS: 2,7,10,12,13a,16,20                    | <b>Hähnchenpf.Madagaskar</b><br>mit Nudeln *<br>und Salat<br><br>k.J: 2325 kcal: 475KH: 51,6 BE: Fett: 17,4<br>ZS: 7,13a,16               | <b>Hähnchenpf.Madagaskar</b><br>mit Nudeln<br>und Salat<br><br>k.J: 2285 kcal: 548KH: 34,8 BE: 3,0 Fett: 16,0<br>ZS: 7,13a,16                  |
| <b>Fr</b><br>14.02 | <b>Pan. Fischfilet*</b><br>mit Senfsoße<br>Salzkartoffeln und<br>Salat<br><br>k.J: 2243 kcal: 481KH: 51,5 BE: Fett: 14,8<br>ZS: 7,12,13a,16   | <b>Schweinegeschnetzeltes</b><br>"Berner-Art"<br>mit Nudeln<br><br>k.J: 2275 kcal: 544KH: 51,2 BE: Fett: 28,0<br>ZS: 5,7,13a,16                               | <b>Gemischter Salat</b><br>mit Schafskäse<br>und Dressing<br><br>k.J: 1960 kcal: 445KH: 22,5 BE: Fett: 17,0<br>ZS: 1,2,6,7,10,13a,16,20 | <b>Wirsingintopf*</b><br>mit Gemüse<br>und Kartoffeln<br><br>k.J: 1762 kcal: 421KH: 32,8 BE: Fett: 16,2<br>ZS: 13a,19                              | <b>Quarkkeulchen *</b><br>mit Vanillesoße<br><br>k.J: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 20,6<br>ZS: 2,7,10,13a,16                          | <b>Fischfilet "natur"</b><br>mit Senfsoße<br>Kartoffeln und<br>Salat<br><br>k.J: 2095 kcal: 444KH: 27,3 BE: 3,0 Fett: 21,4<br>ZS: 7,12,13a,16  |
| <b>Sa</b><br>15.02 | <b>Grünkohl-Eintopf</b><br>mit Mettwurst<br><br>k.J: 2228 kcal: 532KH: 22,8 BE: Fett: 38,0<br>ZS: 6,7,13a,19,20                               | <b>Rinderhacksteak*</b><br>mit Pariser Karotten<br>und Kartoffeln<br><br>k.J: 1872 kcal: 446KH: 43,0 BE: Fett: 25,8<br>ZS: 5,10,13a,20                        | <b>Bestellungen für den Mahlzeitendienst des Caritasverbandes<br/>für die Dekanate Dinslaken und Wesel</b>                              |  |   | <b>Rinderhacksteak</b><br>mit Pariser Karotten<br>und Kartoffeln<br><br>k.J: 1645 kcal: 392KH: 22,0 BE: 3,0 Fett: 15,4<br>ZS: 6,13a,19         |
| <b>So</b><br>16.02 | <b>Hähnchenbrust*</b><br>mit Mischgemüse<br>und Püree<br><br>k.J: 2194 kcal: 548KH: 27,7 BE: Fett: 19,0<br>ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16            | <b>Schweinegulasch</b><br>mit Pilzen und Zwiebeln<br>dazu Spätzle<br><br>k.J: 2868 kcal: 685KH: 50,0 BE: Fett: 28,0<br>ZS: 13a,16                             |    |  |   | <b>Hähnchenbrust*</b><br>mit Mischgemüse<br>und Püree<br><br>k.J: 2098 kcal: 501KH: 27,7 BE: 3,0 Fett: 17,8<br>ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16         |

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/KJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit Jodiertem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohwarenfrisch vom Hersteller geschweift.

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwefelt, 5 Geschmacksverstärker, 6 Phosphat, 7 Süßungsmittel, 10 Eier, 11 Erdnüsse, 12 Fisch, 13 Gluten (a=Weizen, b=Roggen, c=Gerste, d=Hafer, e=Dinkel, f=Kamut), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekán, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legend: BE=Proteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. \* = ohne Schweinefleisch

**Kunde:**  
**Wohnort:**  
**Telefon:**

Information und Bestellung: Tel. 0281 - 163670-60 (Montag bis Freitag 9 - 11 Uhr)

mahlzeitendienst@caritas-voerde.de

|                    | 7,20 € Menü 1<br>Silber<br>Mini 6,70 €   | 7,20 € Menü 2<br>Blau  | 7,20 € Menü 3<br>Salate   | 7,20 € Menü 4<br>Vegetarisch  | 7,20 € Menü 5<br>Lila  | 7,20 € Menü 6<br>Diabetiker / auch passiert   |
|--------------------|--|--|---|---|--|---|
| <b>Mo</b><br>17.02 | <b>Eintopf von Weißen Bohnen</b><br>mit Mettwurst<br><small>k.J: 1940 kcal: 463KH: 45,0 BE: Fett: 26,0<br/>ZS: 6,7,13a,16</small>                                      | <b>Schweinelachsschnitzel</b><br>"Jäger-Art"<br>dazu Spätzle<br>und Erbsen<br><small>k.J: 2312 kcal: 553KH: 33,6 BE: Fett: 29,0<br/>ZS: 7,10,13a,16,20</small>               | <b>Bunter Salat*</b><br>mit Hähnchenschnitzel<br>und Dressing<br><small>k.J: 1980 kcal: 473KH: 31,0 BE: Fett: 21,0<br/>ZS: 1,7,10,13a,16,19,20</small>  | <b>Blumenkohl-Champignon-*</b><br>Pfanne mit Knoblauch<br>dazu Püree<br><small>k.J: 1012 kcal: 242KH: 25,2 BE: Fett: 17,5<br/>ZS: 2,7,10,13a,16</small> | <b>Hähnchengeschnetzeltes*</b><br>"Gyros-Art"<br>mit Tomatensoße<br>und Reis<br><small>k.J: 2325 kcal: 556KH: 51,6 BE: Fett: 30,0<br/>ZS: 7,13a,16</small> | <b>Eintopf von Weißen Bohnen</b><br>mit Mettwurst<br><small>k.J: 1940 kcal: 463KH: 35,0 BE: 3,0 Fett: 21,2<br/>ZS: 6,7,13a,16,20</small>                                |
| <b>Di</b><br>18.02 | <b>Rührei*</b><br>mit Spinat<br>und Kartoffeln<br><small>k.J: 1922 kcal: 459KH: 25,4 BE: Fett: 18,0<br/>ZS: 2,3,5,7,10,13a,16</small>                                  | <b>Thailändisches</b><br>Schweinegeschnetzeltes in<br>Kokossoße mit Gemüse<br>dazu Reis<br><small>k.J: 2615 kcal: 625KH: 53,6 BE: Fett: 28,0<br/>ZS: 2,5,7,13a,16,19</small> | <b>Salatplatte*</b><br>mit Thunfisch<br>und Dressing<br><small>k.J: 2175 kcal: 418KH: 6,4 BE: Fett: 14,0<br/>ZS: 2,7,10,13a,16,20</small>   | <b>Wirsing-Kartoffelauflauf*</b><br><small>k.J: 3600 kcal: 860KH: 72,0 BE: Fett: 22,8<br/>ZS: 2,7,10,13a,16</small>                                     | <b>Geflügelbällchen*</b><br>mit Tomatensoße<br>und Nudeln<br><small>k.J: 2317 kcal: 670KH: 38,0 BE: Fett: 12,0<br/>ZS: 2,10,13a,16,17</small>              | <b>Rührei</b><br>mit Spinat<br>und Kartoffeln<br><small>k.J: 1922 kcal: 459KH: 24,0 BE: 2,5 Fett: 16,0<br/>ZS: 2,3,5,7,10,13,16</small>                                 |
| <b>Mi</b><br>19.02 | <b>Schweinegulasch</b><br>mit Pfefferrahmsoße<br>Blumenkohl und<br>Kartoffeln<br><small>k.J: 2174 kcal: 486KH: 31,5 BE: Fett: 27,0<br/>ZS: 10,13a,20</small>           | <b>Rinderbraten*</b><br>mit Brechbohnen<br>Püree<br><small>k.J: 2498 kcal: 597KH: 29,4 BE: Fett: 28,0<br/>ZS: 2,3,5,6,13a,16</small>   | <b>Hirtensalat</b><br>mit Hackbällchen<br>und Schafskäse<br>dazu Dressing<br><small>k.J: 2175 kcal: 458KH: 38,4 BE: Fett: 19,0<br/>ZS: 2,7,10,12,13a,16,20</small>                                      | <b>Champignons a la creme*</b><br>mit Butternudeln<br><small>k.J: 2346 kcal: 561KH: 25,6 BE: Fett: 30,8<br/>ZS: 7,13a,16</small>                        | <b>Frikadelle</b><br>mit Champignonsoße<br>und Nudeln<br><small>k.J: 2228 kcal: 532KH: 64,0 BE: Fett: 25,0<br/>ZS: 5,7,10,13a,16,19</small>                | <b>Schweinegulasch</b><br>mit Pfefferrahmsoße<br>Blumenkohl<br>und Kartoffeln<br><small>k.J: 2122 kcal: 467KH: 27,0 BE: 3,0 Fett: 24,0<br/>ZS: 2,3,5,7,10,13,16</small> |
| <b>Do</b><br>20.02 | <b>Hähnchen-Cordon-bleu*</b><br>mit Fingermöhren<br>und Kartoffeln<br><small>k.J: 2073 kcal: 495KH: 24,5 BE: Fett: 21,9<br/>ZS: 10,13a,16</small>                      | <b>Leberpfanne</b><br>mit Pilzen<br>Kartoffelpüree<br><small>k.J: 1892 kcal: 445KH: 48,8 BE: Fett: 12,0<br/>ZS: 1,2,3,5,13a,16</small>                                       | <b>Eiersalat</b><br>1 Brötchen<br><small>k.J: 2592 kcal: 622KH: 9,6 BE: Fett: 50,8<br/>ZS: 1,2,7,10,13a,16,20</small>   | <b>Bunte Reispfanne*</b><br>mit Currysoße<br><small>k.J: 2828 kcal: 632KH: 52,5 BE: Fett: 31,4<br/>ZS: 1,2,3,5,10,13a,16,19,22</small>                  | <b>Hähnchencurry*</b><br>mit Reis<br><small>k.J: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 10,0<br/>ZS: 2,5,7,10,13a,16,19</small>                                  | <b>Leberpfanne</b><br>mit Pilzen<br>und Kartoffelpüree<br><small>k.J: 1878 kcal: 438KH: 37,0 BE: 3,5 Fett: 12,0<br/>ZS: 2,3,5,13a,16</small>                            |
| <b>Fr</b><br>21.02 | <b>Fischfilet "natur"</b><br>mit Zitronen-Buttersoße<br>Broccoli und<br>Kartoffeln<br><small>k.J: 1985 kcal: 461KH: 31,5 BE: Fett: 38,7<br/>ZS: 7,12,13a,16,17</small> | <b>Mettwurst</b><br>mit Grünkohl<br>und Püree<br><small>k.J: 2233 kcal: 534KH: 26,0 BE: Fett: 27,2<br/>ZS: 2,3,5,6,13a,16</small>  | <b>Gemischter Salat</b><br>mit Hähnchenstreifen<br>dazu Dressing<br><small>k.J: 1950 kcal: 466KH: 16,1 BE: Fett: 12,8<br/>ZS: 2,7,10,13a,16,20</small>  | <b>Linsensuppe*</b><br>mit Kartoffeln<br>und Gemüse<br><small>k.J: 1916 kcal: 408KH: 28,0 BE: Fett: 25,4<br/>ZS: 13a,19,20</small>                      | <b>Kaiserschmarrn*</b><br>mit Vanillesoße<br><small>k.J: 2007 kcal: 497KH: 39,0 BE: Fett: 38,0<br/>ZS: 2,5,7,13a,16,22</small>                             | <b>Linsensuppe</b><br>mit Gemüse<br>und Kartoffeln<br><small>k.J: 1908 kcal: 397KH: 24,3 BE: 3,0 Fett: 22,5<br/>ZS: 13a,16,19</small>                                   |
| <b>Sa</b><br>22.02 | <b>Sauerkraut-Eintopf</b><br>mit Mettwurst<br><small>k.J: 3372 kcal: 805KH: 43,0 BE: Fett: 56,0<br/>ZS: 6,13a,16</small>   | <b>Putenschnitzel*</b><br>mit Blumenkohl<br>und Püree<br><small>k.J: 1909 kcal: 452KH: 27,7 BE: Fett: 25,7<br/>ZS: 2,3,7,10,13a,16</small>                                   | <p><b>Bestellungen für den Mahlzeitendienst des Caritasverbandes<br/>für die Dekanate Dinslaken und Wesel</b></p>  |   |  | <b>Putenschnitzel</b><br>mit Blumenkohl<br>und Püree<br><small>k.J: 1909 kcal: 456KH: 22,5 BE: 2,5 Fett: 21,0<br/>ZS: 2,3,7,10,13a,16</small>                           |
| <b>So</b><br>23.02 | <b>Rindergulasch*</b><br>mit Rotkohl<br>und Salzkartoffeln<br><small>k.J: 1995 kcal: 453KH: 27,7 BE: Fett: 19,5<br/>ZS: 13a,16</small>                                 | <b>Schweinebraten</b><br>mit Gemüse<br>und Püree<br><small>k.J: 2064 kcal: 493KH: 28,5 BE: Fett: 10,7<br/>ZS: 2,3,5,7,13a,16</small>   |   |   |  | <b>Schweinebraten</b><br>mit Gemüse<br>und Püree<br><small>k.J: 1923 kcal: 418KH: 22,7 BE: 3,0 Fett: 7,2<br/>ZS: 2,3,5,7,13a,16</small>                                 |

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/KJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit Jodierem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohwarenfrühen vom Hersteller geschwefelt.

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwefelt, 5 Geschmacksverstärker, 6 Phosphat, 7 Süßungsmittel, 10 Eier, 11 Erdnüsse, 12 Fisch, 13 Gluten (a=Weizen, b=Roggen, c=Gerste, d=Hafer, e=Dinkel, f=Kamut), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekán, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legend: BE=Proteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. \* = ohne Schweinefleisch