



# IHR SPEISEPLAN

für 12.10.2020 - 18.10.2020 KW 42

## Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Chemnitz und Umgebung e.V.

Küche »la cuisine« · Zwickauer Str. 247a · 09116 Chemnitz  
Tel: 0371 261022 - 10 · Fax: 0371 495017-11 · E-Mail: info@la-cuisine-chemnitz.de  
www.awo-chemnitz.de

# Arbeiterwohlfahrt

Kreisverband Chemnitz und Umgebung e.V.

Küche »la cuisine« · Zwickauer Str. 247a · 09116 Chemnitz  
info@la-cuisine-chemnitz.de · www.awo-chemnitz.de  
Fax: 0371 495017-11

Tel: 0371 261022 - 10

Für unsere Neukunden berechnen wir einmalig für die Warmhaltebox(en) eine Kautions. Der Preis beträgt 15,- Euro pro Essenteilnehmer, für den Fall der Beschädigung einer Box oder falls eine Box abhanden kommt. Die Kautions bekommen Sie bei Beendigung der Lieferung und Rückgabe der Box von unserem Menüboten in bar oder durch Verrechnung mit der letzten Rechnung zurück.

# IHR SPEISEPLAN

für 12.10.2020 - 18.10.2020 KW 42

MENÜ	1	2	3	4	5	6	7	A	B	K
								Abend	Brot	Kuchen
Mo 12.10.										A K B
Di 13.10.										A K B
Mi 14.10.										A K B
Do 15.10.										A K B
Fr 16.10.										A K B
Sa 17.10.										A K B
So 18.10.										A K B

MENÜ	1 Tagesgericht 1 "klassisch & hausgemacht"	2 Tagesgericht 2 "traditionell & herzhaft"	3 Tagesgericht 3 "vegetarisch"	4 Tagesgericht 4 "genießen & schlemmen"	5 Tagesgericht 5 "fein & klein"	6 Salat der Woche "knackig & frisch"	7 Nachtisch "fruchtig & süß"	A Abendessen "appetitlich"	
Mo 12.10.	Beefsteak [A(A1)C] Champignonsoße, Gemüseknöpfe [A(A1A5)C] 567,3 Kcal - 25,6 EW 25,9 Fett - 53,9 KH <b>4,75 €</b>	Schweinskopfsülze [2,3,LM] Remouladensoße [1,3,9,CGLMO], Majorankartoffelwürfel 902,3 Kcal - 18,6 EW 53,8 Fett - 81,6 KH <b>4,85 €</b>	Fünf Minieierkuchen [A(A1)CG] mit Erdbeerkompott, Eierflockensuppe [C] 645,8 Kcal - 16,4 EW 16,6 Fett - 102,8 KH <b>4,75 €</b>	Spiralnudeln in Käsesoße mit Tomaten- Petersilie-Garnitur [A(A1)G] 528 Kcal - 21,6 EW 24,6 Fett - 51,5 KH <b>5,80 €</b>	Vegetarischer Möhreneintopf mit feinen Kartoffelwürfeln 265,5 Kcal - 4,5 EW 12,2 Fett - 29,7 KH <b>4,70 €</b>	Caesarsalat mit gehobeltem Parmesan [2,CG], Brottroutons [A(A1)GL], gekochtem Ei [C], gebratener Hähnchenbrust	Bestellbar von Montag bis Freitag	Sahniges Quarkdessert mit Waldbeeren [FG] 277,6 Kcal - 18,6 EW 8,7 Fett - 29,5 KH <b>1,65 €</b>	Seelachsaufstrich [1,2,CDM], Salami [2,3], Pizzafleischkäse [2,3,8,G], Frischkäse [G], Leberrolle [A(O)C], Edamer [G], Markenbutter [G] 332,2 Kcal - 11,7 EW 31,5 Fett - 0,6 KH <b>3,30 €</b>
Di 13.10.	Drei Geflügel- Cevapcici Tomatensoße [1,A(A1)], Kartoffelpüree [1,G] 388,4 Kcal - 16,5 EW 25,5 Fett - 22,1 KH <b>4,75 €</b>	Bratheringsfilet in eigener Marinade mit Tomatenwürfel [1,2,4,9,A(A1)CDFLM], Salzkartoffeln [1,A(A1)] 448,4 Kcal - 27 EW 21,2 Fett - 13,4 KH <b>4,95 €</b>	Kohlroulade "vegetarisch" [A(A1A5)CF] in brauner vegetarischer Soße, Salzkartoffeln 212,6 Kcal - 14,1 EW 7,7 Fett - 18,7 KH <b>4,75 €</b>	Paniertes Schweineschnitzel "Jäger Art" goldgelb gebacken in Champignonsoße, dazu Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln [A(A1)GL] 406,4 Kcal - 21,2 EW 15,6 Fett - 43,2 KH <b>6,60 €</b>	Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen [A(A1)CGLM] 304,2 Kcal - 15,6 EW 6,2 Fett - 29,9 KH <b>5,90 €</b>			Beerengrütze [1,G] mit Vanillesoße [1,G] 345,7 Kcal - 3,9 EW 7,7 Fett - 65,2 KH <b>1,65 €</b>	Rollmops [3,12,DM], Jungschweinebraten [8], Kochsalami [2,3,8], Frischkäse Gurke/Dill [G], Gouda [G], Leberwurst [2,3], Markenbutter [G] 448,2 Kcal - 18,9 EW 40 Fett - 2,9 KH <b>3,30 €</b>
Mi 14.10.	Bunte Nudeln [A(A1)] Jagdwurstgulasch, geriebener Käse [G] 792,8 Kcal - 30 EW 37,9 Fett - 80,4 KH <b>4,65 €</b>	Schweinelachs- schnittel [A(A1)] mit Bratensoße [A(A1)], Möhrengemüse [1,G], und Salzkartoffeln 401,2 Kcal - 19 EW 21,2 Fett - 31,6 KH <b>4,85 €</b>	Asia-Geschnetzeltes (süß-sauer-scharf) mit viel Gemüse [C], Langkornreis 489,3 Kcal - 24,5 EW 7,6 Fett - 74,2 KH <b>4,75 €</b>	Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi [A(A1)DGM] 475 Kcal - 21,5 EW 17,5 Fett - 54,5 KH <b>6,70 €</b>	Champignons in Rahmsoße dazu Serviettenknödel [A(A1)CGL] 533,2 Kcal - 14,6 EW 29, 2 Fett - 50,3 KH <b>5,50 €</b>			Schokopudding [G] mit cremiger Vanillesoße [1,G] 391 Kcal - 9,1 EW 18,5 Fett - 47 KH <b>1,65 €</b>	Chicken Haxe [A(A1)F], Camembert [G], Schmelzkäse Sahne [2,G], Jagdwurst [2,3,8,M], Schinkenspeck [2,3], Mettwurst [2,3], Markenbutter [G] 529 Kcal - 34,1 EW 43,7 Fett - 1,3 KH <b>3,30 €</b>
Do 15.10.	Fünf Kartoffelpuffer [A(A1)C] mit Apfelsmus [3] 483 Kcal - 9,6 EW 3,2 Fett - 98,9 KH <b>4,75 €</b>	Hackbraten [A(A1)] Bratensoße [A(A1)], Leipziger Allerlei natur [1,G], Salzkartoffeln 454,6 Kcal - 19,4 EW 32,8 Fett - 78,1 KH <b>4,85 €</b>	Bandnudeleintopf mit buntem Gemüse [A(A1)CL] 282,5 Kcal - 11,4 EW 7,6 Fett - 51,9 KH <b>4,55 €</b>	Schweinehacksteak in Rahmsoße mit buntem Pfeffer dazu Gartengemüse und Spätzle [A(A1)CGLM] 436,8 Kcal - 20 EW 21,8 Fett - 36,9 KH <b>6,10 €</b>	Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer- Rhabarber-Füllung (mit Zuckerart und Süßungsmitteln) [9,A(A1)CG] 381,6 Kcal - 15,1 EW 7,6 Fett - 60,1 KH <b>5,80 €</b>			Fruchtcocktail [1] Zitronenjoghurt [G] 161 Kcal - 4,5 EW 0,3 Fett - 33,6 KH <b>1,65 €</b>	Joghurt [G], Bärlauchkäse [1,G], Putenbrust geräuchert [2,3,8], Zungenrotwurst [2], Teewurst [2,3], Schmelzkäse Kräuter [G], Markenbutter [G] 438,3 Kcal - 16,5 EW 36,6 Fett - 10,6 KH <b>3,30 €</b>
Fr 16.10.	Tiegelwurst [2,A(A3)] Sauerkraut mit Speck [1], Salzkartoffeln 560,9 Kcal - 25,4 EW 43,9 Fett - 13,5 KH <b>4,65 €</b>	Gebratenes Hähnchenbrustfilet [1,F] mit Champignons und Pfifferlingen in Rahm [1,A(A1)G], Bandnudeln 592,2 Kcal - 40,9 EW 16,1 Fett - 65,6 KH <b>4,95 €</b>	Hörnchennudeln [A(A1)C] Spinat-Käsesoße [1,A(A1)G], geriebener Käse [G] 574,7 Kcal - 25,2 EW 22,9 Fett - 65,2 KH <b>4,65 €</b>	Grillschnecke vom Schwein in dunkler Soße mit Speck dazu Rübegemüse und Stampfkartoffeln [3,A(A1)CGLM] 581 Kcal - 20,2 EW 39,8 Fett - 33,1 KH <b>6,30 €</b>	Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel [A(A1)CGLM] 425,1 Kcal - 21,5 EW 18,3 Fett - 38,6 KH <b>5,40 €</b>			Kokosjoghurt [G] mit Ananasraspel 305,2 Kcal - 8 EW 19,4 Fett - 21,9 KH <b>1,65 €</b>	Eiersalat [1,2,CGM], Knacker [2,3,4,12,LM], Maasdamer [G], Frischkäse [G], Toscanapastete [2,3,CG], Kasseler [2,3,8], Markenbutter [G] 434,6 Kcal - 18,9 EW 38,4 Fett - 3 KH <b>3,30 €</b>
Sa 17.10.	Grüner Bohneneintopf mit Rindfleisch und Kartoffelwürfel [A(A1)] 293,3 Kcal - 16,8 EW 5,2 Fett - 40,5 KH <b>4,65 €</b>	Gefüllte Paprikaschote Specksoße [1,A(A1)], Salzkartoffeln 100 Kcal - 1,5 EW 6,7 Fett - 8,2 KH <b>4,90 €</b>	<b>Kuchenangebot</b> Ⓐ Apfelkuchen [A(A1)G]  249 Kcal - 4,2 EW 7,1 Fett - 40,9 KH Ⓚ Kirschkuchen [A(A1)G]  356 Kcal - 4,1 EW 17,9 Fett - 43,9 KH Ⓑ Butterkuchen [A(A1)G,H(H1)]  422 Kcal - 6,1 EW 23,1 Fett - 46,2 KH <b>Stück 1,50€</b>	Alaska- Seelachsschnitte in Dill-Rahm-Soße, Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln 250,8 Kcal - 16,3 EW 7,2 Fett - 26,6 KH <b>6,70 €</b>	Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln [GLM] 422 Kcal - 6,1 EW 23,1 Fett - 46,2 KH [A(A1)G]  <b>Stück 1,50€</b>			Grießpudding mit Schokosoße [A(A1)G], 362,3 Kcal - 10,5 EW 14,3 Fett - 48 KH <b>1,65 €</b>	Obstsalat, Räucherkäse [1,2,3,G], Bierschinken [2,3,8], Zwiebelmettwurst [2,3], Schmelzkäse [G], Nusschinken [2,3,8], Markenbutter [G] 357,1 Kcal - 14,8 EW 28,8 Fett - 9,1 KH <b>3,30 €</b>
So 18.10.	Pichelsteiner Eintopf mit buntem Gemüse und Rindfleisch [A(A1)CG] 230,3 Kcal - 13,4 EW 3,9 Fett - 29,2 KH <b>4,65 €</b>	Rinderschmorgulasch [A(A1)] [A(A1)] Apfelrotkohl [1,3], und Grüne Klöße [3,5,0] 392,2 Kcal - 8,3 EW 4 Fett - 77,7 KH <b>4,95 €</b>	460 Kcal - 18,9 EW 14,3 Fett - 58,4 KH <b>6,30 €</b>	Paniertes Schweineschnitzel mit Pariser Karotten, dazu Kartoffelwürfel in Kräuter- Rahmsoße [A(A1)GL] 460 Kcal - 18,9 EW 14,3 Fett - 58,4 KH <b>6,30 €</b>	Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße 332,2 Kcal - 11,7 EW 31,5 Fett - 0,6 KH <b>5,00 €</b>			Vanille Sahnepudding mit Apfel-Cassismus [G], 277 Kcal - 5,9 EW 13,3 Fett - 32,8 KH <b>1,65 €</b>	Seelachsaufstrich [1,2,CDM], Salami [2,3], Pizzafleischkäse [2,3,8,G], Frischkäse [G], Leberrolle [A(O)C], Edamer [G], Markenbutter [G] 332,2 Kcal - 11,7 EW 31,5 Fett - 0,6 KH <b>3,30 €</b>

Die Bezeichnungen hinter den einzelnen Speisen im oben aufgeführten Speiseplan haben folgende Bedeutung: Deklarationspflichtige Zusatzstoffe: [1] Farbstoff [2] Konservierungsstoff [3] Antioxidationsmittel [4] Geschmacksverstärker [5] geschwefelt [6] geschwärzt [7] gewachst [8] Phosphat [9] Süßungsmittel [10] Phenylalanin-Quelle [11] abführend [12] unter Schutzatmosphäre verpackt [99] frei von deklarationspflichtigen Stoffen Allergene: [A] Gluten [A1] Weizen [A2] Roggen [A3] Gerste [A4] Hafer [A5] Dinkel [A6] Kamut [B] Krebs [C] Ei [D] Fisch [E] Erdnuss [F] Soja [G] Milch [H] Schalen [H1] Mandel [H2] Haselnuss [H3] Walnuss [H4] Kaschunuss [H5] Pecannuss [H6] Paranuss [H7] Pistazien [H8] Macadamianuss [H9] Queenslandnuss [L] Sellerie [M] Senf [N] Sesam [O] Sulfid [P] Lupine [R] Weichtiere [FR] praktisch Allergiefrei, dennoch können Spuren von Allergenen enthalten sein.

\* Über die in unseren Produkten enthaltenen allergenen Zutaten und Verarbeitungshilfsstoffe geben wir Ihnen gern mündlich Auskunft. Eine schriftliche Dokumentation kann jederzeit eingesehen werden.

Bestellungen aus Spalte 7-K sind nur in Verbindung mit einem Menü (Spalte 1-6) möglich.  
Änderungen vorbehalten