




























	Menü 1 Bio, vegetarisch	Menü 2	Menü 3 Schweinefleischfrei	Menü 4	Mini Menü 1 Bio, vegetarisch Sa. + So. siehe Spalte 1	Mini Menü 2 Sa. + So. siehe Spalte 2	Menü 7 Kalt Menüs	Menü 8
MO 16.04.	Bio Gemüseeintopf mit Sellerie, Karotte, Porree und Kartoffel  100g enthalten: kJ 174 kcal 42 E 2 KH 7 Fett 0 ZSA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Geflügelbratwurst in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 474 kcal 113 E 6 KH 3 Fett 9 ZSA 2, 11a	Spaghetti Bolognese mit Rinderhackfleischsauce, dazu Gurken-Möhrensalat  100g enthalten: kJ 270 kcal 65 E 6 KH 5 Fett 2 ZSA 2, 11a	Reibekuchen mit feinem Apfelmus 100g enthalten: kJ 418 kcal 100 E 1 KH 17 Fett 3 ZSA 2, 5, 11a, 11c, 13	Bio Gemüseeintopf mit Sellerie, Karotte, Porree und Kartoffel  100g enthalten: kJ 174 kcal 42 E 2 KH 7 Fett 0 ZSA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Geflügelbratwurst in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 323 kcal 77 E 3 KH 8 Fett 3 ZSA 2, 5, 11a, 17, 22	Fleischkäse vom Schwein mit Nudelsalat, dazu Portionssenf  100g enthalten: kJ 872 kcal 208 E 4 KH 12 Fett 16 ZSA 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11a, 13, 20	Putengeschnetzeltes "Jäger Art" mit Champignons, dazu Erbsengemüse und Reis 100g enthalten: kJ 239 kcal 57 E 5 KH 6 Fett 1 ZSA 2, 11a, 17, 22
DI 17.04.	Bio Spaghetti dazu Rahmsauce mit Champignons  100g enthalten: kJ 272 kcal 65 E 2 KH 7 Fett 3 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Hähnchenkeule in dunkler Sauce, dazu Kartoffelpüree und Kappessalat 100g enthalten: kJ 670 kcal 160 E 11 KH 3 Fett 12 ZSA 2, 11a	Rindergeschnetzeltes "Stroganoff" mit Porreegemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 377 kcal 90 E 9 KH 3 Fett 5 ZSA 2, 9, 11a, 17, 20, 22	Vollkorn-Reispfanne mit Erbsen, Möhren und Ei, dazu milde Currysauce  100g enthalten: kJ 371 kcal 89 E 3 KH 14 Fett 2 ZSA 2, 5, 11a, 13, 17, 20	Bio Spaghetti dazu Rahmsauce mit Champignons  100g enthalten: kJ 272 kcal 65 E 2 KH 7 Fett 3 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 19	Hähnchenkeule in dunkler Sauce, dazu Kartoffelpüree und Kappessalat 100g enthalten: kJ 599 kcal 143 E 6 KH 7 Fett 10 ZSA 2, 5, 11a, 13, 17, 20, 22	Milchreis mit Früchten dazu Apfelkompott 100g enthalten: kJ 404 kcal 97 E 2 KH 19 Fett 1 ZSA 1, 2, 5, 17	Rostbratwurst vom Schwein in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln  100g enthalten: kJ 350 kcal 83 E 3 KH 9 Fett 4 ZSA 2, 5, 10, 11a, 17, 20, 22
MI 18.04.	Bio Brokkoli-Blumenkohlaufauf mit Kartoffeln und jungem Gouda überbacken  100g enthalten: kJ 204 kcal 49 E 3 KH 3 Fett 2 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Schweineschnitzel auf Erbsengemüse, dazu dunkle Sauce und Salzkartoffel  100g enthalten: kJ 568 kcal 136 E 8 KH 10 Fett 7 ZSA 2, 11a, 17, 20, 22	Backfisch (Seelachsfilet) mit Blattspinat und Kartoffelpüree 100g enthalten: kJ 744 kcal 178 E 11 KH 14 Fett 8 ZSA 10, 11a, 14, 16, 20	Brokkoli-Nuss-Ecke auf fruchtiger Tomatensauce und Korkenziehernudeln 100g enthalten: kJ 328 kcal 78 E 3 KH 13 Fett 1 ZSA 2, 5, 11a, 11c, 18a, 18b, 19	Bio Brokkoli-Blumenkohlaufauf mit Kartoffeln und jungem Gouda überbacken  100g enthalten: kJ 204 kcal 49 E 3 KH 3 Fett 2 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Schweineschnitzel dazu Reissalat mit Curry, Früchten und Ananasgarnitur  100g enthalten: kJ 386 kcal 92 E 5 KH 11 Fett 3 ZSA 2, 5, 11a, 17, 20, 22	Hähnchennuggets dazu Reissalat mit Curry, Früchten und Ananasgarnitur 100g enthalten: kJ 596 kcal 142 E 2 KH 17 Fett 7 ZSA 2, 4, 6, 10, 11a, 13, 20	Schweinerippchen auf Sauerkraut mit weißen Bohnen, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 498 kcal 119 E 6 KH 8 Fett 6 ZSA 3, 5, 7, 17, 22
DO 19.04.	Bio Penne mit fruchtiger Tomatensauce  100g enthalten: kJ 208 kcal 50 E 1 KH 6 Fett 2 ZSA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Eieromelette mit Kräutersauce und Salzkartoffeln, dazu Blattsalat mit Joghurdressing  100g enthalten: kJ 326 kcal 78 E 4 KH 3 Fett 5 ZSA 1, 2, 4, 10, 11a, 13, 17, 19	Hähnchenbrustfilet in Bratensauce, dazu Brokkoli-Blumenkohlgemüse und Spirelli 100g enthalten: kJ 268 kcal 64 E 11 KH 2 Fett 1 ZSA 2, 11a	Putensteak auf Paprika-Joghurtsauce, dazu Salzkartoffeln und Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 319 kcal 76 E 4 KH 8 Fett 3 ZSA 2, 5, 11a, 17, 22	Bio Penne mit fruchtiger Tomatensauce  100g enthalten: kJ 208 kcal 50 E 1 KH 6 Fett 2 ZSA 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 19	Eieromelette mit Kräutersauce und Salzkartoffeln, dazu Blattsalat mit Joghurdressing 100g enthalten: kJ 286 kcal 68 E 3 KH 8 Fett 2 ZSA 1, 2, 4, 5, 10, 11a, 13, 17, 19, 22	Rindercevapcici auf pikantem Nudelsalat mit Kidneybohnen, Mais und Erbsen, dazu Kräuterquark 100g enthalten: kJ 510 kcal 122 E 6 KH 10 Fett 6 ZSA 2, 4, 11a, 13, 17, 20	Weißwurst vom Schwein auf Schmorkohl, dazu süße Senfsauce und Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 267 kcal 64 E 2 KH 8 Fett 2 ZSA 5, 11a, 17, 19, 20, 22
FR 20.04.	Bio Omelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 401 kcal 96 E 4 KH 7 Fett 5 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 13, 17	Schweinefrikadelle auf Lauch-Rahmgemüse, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 818 kcal 195 E 17 KH 8 Fett 12 ZSA 2, 11a, 13	Putenbraten in Bratensauce, dazu Pariser Karotten und Reis 100g enthalten: kJ 259 kcal 62 E 6 KH 3 Fett 3 ZSA 2, 11a	Thunfisch-Tomatensauce dazu Spirelli und Blattsalat mit Joghurdressing  100g enthalten: kJ 237 kcal 57 E 3 KH 8 Fett 1 ZSA 2, 11a, 14, 16, 17, 19	Bio Omelette mit Rahmspinat und Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 401 kcal 96 E 4 KH 7 Fett 5 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 13, 17	Schweinefrikadelle auf Lauch-Rahmgemüse, dazu Kartoffelpüree  100g enthalten: kJ 407 kcal 97 E 5 KH 8 Fett 4 ZSA 2, 5, 11a, 13, 17, 22	Salatplatte "Niçoise" Salate der Saison mit Thunfisch, Ei, Oliven, Tomaten und Cocktaildressing 100g enthalten: kJ 536 kcal 128 E 5 KH 3 Fett 11 ZSA 2, 4, 5, 13, 14, 16, 20	Gutbürgerlicher Sauerkrauteintopf mit Geflügelbratwurst 100g enthalten: kJ 243 kcal 58 E 2 KH 6 Fett 2 ZSA 3, 5, 7, 17, 22
SA 21.04.	Bio Kartoffel-Gemüseaufauf mit Erbsen und Möhren, überbacken mit jungem Gouda  100g enthalten: kJ 264 kcal 63 E 4 KH 6 Fett 2 ZSA 4, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17	Rindercevapcici in dunkler Sauce, dazu Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln 100g enthalten: kJ 304 kcal 73 E 5 KH 4 Fett 4 ZSA 2, 11a, 13, 20	<div style="background-color: #f0f0f0; padding: 10px;"> <p>Essen auf Rädern</p> <p>Bestellung: Frau Rita Pohl ☎ 94040-10 fuk-Pohl@versanet.de</p> </div> <div style="background-color: #f0f0f0; padding: 10px;"> <p>Ambulante Pflege</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Alten- und Krankenpflege ✓ Alle Leistungen aus der Pflegeversicherung ✓ Beratung zu Pflege und Betreuung <p>☎ 94040-0</p> <p>www.familien-krankenpflege-witten.de</p> </div> <div style="background-color: #f0f0f0; padding: 10px;"> <p>Tagespflege</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Teilstationäre Pflege ✓ Mo bis Fr 8:00 – 16:00 Uhr ✓ Seniorengerechte Bewegung und Beschäftigung ✓ Entlastung für Angehörige <p>☎ 70 76 830</p> </div> <div style="text-align: right; padding: 10px;"> <p>Familien- und Krankenpflege e. V. Witten </p> <p><i>Pflege & Betreuung ganz nah.</i> </p> </div>			Schnittbohneintopf "Hausfrauen Art" mit geräucherter Mettwurst vom Schwein  100g enthalten: kJ 147 kcal 35 E 2 KH 4 Fett 1 ZSA 3, 5, 10, 19, 22		
SO 22.04.	Bio Kartoffel-Möhreneintopf mit Kartoffel- und Möhrenwürfeln  100g enthalten: kJ 148 kcal 35 E 1 KH 6 Fett 0 ZSA 11, 11a, 11b, 11c, 11d	Rinderbraten in Bratensauce, dazu Rotkohl und Mini-Kartoffelknödel 100g enthalten: kJ 173 kcal 41 E 4 KH 4 Fett 1 ZSA 2, 11a, 22						

Unsere frischen Menüs sind zum sofortigen Verzehr bestimmt. Die Angaben über kcal/kJ und Nährwerte sind Durchschnittswerte, die sich auf verpackte Folienmenüs beziehen. Folgende Abkürzungen für die Nährwerte werden genutzt: E=Eiweiß, KH=Kohlenhydrate. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gekocht (außer Wasser und Salz gemäß EG-Öko-Verordnung). Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. * = Diese Menüs enthalten Schweinefleisch. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene. Zu unserer von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE e.V.) zertifizierten Menülinie, empfehlen wir Ihnen pro Woche jeweils 3 Portionen Stübstock auszuwählen.

Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen, Informationen und Allergenen:	1=Farbstoff	2=Säuerungsmittel	3=Konservierungsmittel	4=Verdickungsmittel	5=Antioxidationsmittel	6=aus Fleischteilen zusammengefügt	7=Nitritpökelsalz	8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett	9=Süßungsmittel	10= Phosphat
	11a = Weizen	11b = Gerste	11c = Hafer	11d = Dinkel	12=Krebstiere	13= Ei	14=Fisch	15=Erdnüsse	16=Soja	17=Milch
	18a = Mandeln	18b = Haselnüsse	19=Sellerie	20=Senf	21=Sesamsamen	22=Schwefel	23=Lupinen	24=Weichtiere		

Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.