

# Ihr Menüservice mit Herz



Ofenfrisch -  
dank Ofen  
an Bord!

Kalenderwoche: **46**

Menü-angebot	1	2	3	4	5	6	Dessert 0,79 €		Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert	Kuchen
	10,69 €	11,49 €	10,49 €	9,99 €	10,19 €	9,29 €	Salat 1,29 €	Salat									
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)	Vegetarische Menüs	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit											
<b>Mo</b>	<b>Hausgemachter Aprikosenmichel mit Vanillesoße</b> G,G1,Ei,M,Me,La 4516	<b>***Aktionsmenü*** Geschnittene Gänsebrust in herzhafter Apfel-Preiselbeersoße mit Rotkohl und Speckklößen</b> 20,G,G1,Ei,M,Me,La,S + 1,50 € 4349	<b>Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln</b> 4226	<b>Spaghetti mit grünem Pesto und einer Käse-Tomaten-Garnitur</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S 4540	<b>Currywurst mit Kartoffelspalten</b> <sup>3,Sn</sup> 4088	<b>Gebratene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln</b> G,G1,M,Me,La 4762	<b>Luftige Schokoladenmousse mit Soße</b> <sup>Sb,M,Me,La</sup> 1506		<b>Mo</b>								
11.11.							<b>Gurkensalat</b> <sup>3,</sup> D810008		11.11.								
<b>Di</b>	<b>Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis</b> G,G1,Ei,S 4026	<b>Rindergeschnetzeltes in winterlicher Soße dazu Rosenkohl mit Honig und Zwiebeln und Spätzle</b> G,G1,Ei,S,Sn 4213	<b>Hähnchencurry „Indische Art“</b> Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis M,Me,La,Sn 4778	<b>Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree</b> G,G1,M,Me,La 4594	<b>Drei Hackröllchen „Balkan-Art“</b> vom Schwein in pikanter Paprikasoße mit Kräuter-Kartoffeln G,G1,Ei 4024	<b>Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße</b> G,G1,Ei,M,Me,La 4502	<b>Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks</b> <sup>3,G,G1,Sb,M,Me,La,Sd</sup> 1510		<b>Di</b>								
12.11.							<b>Rotkrautsalat</b> D810012		12.11.								
<b>Mi</b>	<b>Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S 4098	<b>Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4748	<b>Milchreis mit fruchtigen Mandarinen</b> <sup>10,M,Me,La</sup> 4501	<b>Gnocchi in einer Gemüsemischung „Mediterrane Art“</b> G,G1,M,Me,La 4591	<b>Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingszwiebel Garnitur</b> G,G1,M,Me,La 4668	<b>Herzhaftes Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Petersilienkartoffeln</b> G,G1,M,Me,La,S,Sn 4233	<b>Rhabarbermus</b> <sup>3,</sup> 1553		<b>Mi</b>								
13.11.							<b>Feldsalat mit Balsamico-Dressing</b> D810000		13.11.								
<b>Do</b>	<b>Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln</b> M,Me,La,S 4758	<b>Schweineschnitzel Natur in einer Café-de-Paris-Soße</b> dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwiebeln und kleine Kartoffelrösti 20,G,G1,M,Me,La,Sn 4108	<b>Pasta Duett</b> Cannelloni gefüllt mit Rinderhackfleisch in Tomaten-Sahne-Soße und Penne in Käse-Spinat-Soße G,G1,Ei,M,Me,La,S 4577	<b>Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S 4554	<b>Apfelstrudel mit Vanillesoße</b> G,G1,M,Me,La 4512	<b>Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senfsoße mit buntem Gemüseris G,G1,F,i,M,Me,La,Sn 4493	<b>Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit</b> G,G1,M,Me,La 1507		<b>Do</b>								
14.11.							<b>gem. Fitness-Blattsalat mit French-Dressing</b> Ei,Sn D810001		14.11.								
<b>Fr</b>	<b>Gefüllter Schweinebraten in Soße</b> dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle 20,G,G1,Ei,Sn 4154	<b>Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsauce, dazu Salzkartoffeln</b> <sup>20,</sup> 4785	<b>Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln G,G1,F,i,M,Me,La,S 4465	<b>Cremiges Champignonragout mit Spätzle</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S 4587	<b>Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4081	<b>Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln</b> 4603	<b>Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit</b> G,G1,Sb,M,Me,La 1509		<b>Fr</b>								
15.11.							<b>Karottensalat</b> <sup>3,</sup> D810009		15.11.								
<b>Sa*</b>	<b>Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck</b> dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln 3,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn 4076	<b>Rinderroulade „Hausfrauen-Art“</b> in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln G,G1,S,Sn 4221	<b>Klassischer Hühnersuppentopf</b> G,G1,Ei 4621	<b>Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne</b> mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur 4560	<b>Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Möhren und Risi-Bisi G,G1,F,i,M,Me,La,Sn 4433	<b>Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln</b> G,G1,Ei,M,Me,La,S 4040	<b>Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks</b> G,G1,G3,M,Me,La 1503		<b>Sa*</b>								
16.11.							<b>gem. Gärtnerinsalat</b> Ei,Sn D810002		16.11.								
<b>So*</b>	<b>Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße</b> Ei,M,Me,La,S 4263	<b>Gedünstetes Lachsfilet</b> (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln G,G1,F,i,M,Me,La,S 4411	<b>Schweineschnitzel in Rahmsoße</b> dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4189	<b>Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten-Gemüse-Soße</b> <sup>5</sup> 4588	<b>Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln</b> 4759	<b>Saftiger Schweinebraten in Bratensoße</b> dazu Rotkohl und Salzkartoffeln 4168	<b>Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks</b> G,G1,M,Me,La 1505		<b>So*</b>								
17.11.							<b>Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas</b> Ei,M,Me,La,S D810007		17.11.								

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,70 € 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<sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup>  
 = Kirschkuchen<sup>10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb</sup>  
 = Butterkuchen<sup>G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1</sup>

1=mit Farbstoff 2=konserviert 3=mit Antioxidationsmittel 9=mit Süßungsmittel(n) 10=mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n) 20=mit Nitritpökelsalz ∞=mit Alkohol ♻=vegetarisch ♻=ohne Gluten lt. Rezeptur ♻=ohne Laktose lt. Rezeptur ∞=Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g  
 ♻=enthält Zutaten vom Schwein 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=Milch(eiweiß) 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](http://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

Kunden-Nr. \_\_\_\_\_ Tel. \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Straße, Hausnr. \_\_\_\_\_

Wohnort \_\_\_\_\_



Menüservice der apetito AG in Kooperation mit:  
**AWO** Menü-Service  
Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk  
Ruhr-Mitte  
Tel.: 0234 5075857 Mo. - Fr. 8:00 bis 18:00 Uhr  
www.ihr-menueservice.de/awo-bochum  
menueservice-awo@apetito.de









































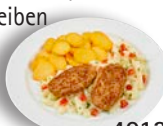

Auf dem Weg zu Ihnen  
frisch zubereitet



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



Menü	1 2 3 4 5 6						Dessert	Kuchen
							Salat	Anzahl
<b>Mo</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Di</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mi*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Buß- und Betttag 20.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Do</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Fr</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sa*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>So*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totensonntag 24.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Menü-angebot	1	10,69 €	2	11,49 €	3	10,49 €	4	9,99 €	5	10,19 €	6	9,29 €	Dessert 0,79 €	
	Herzhafte Menüs		Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat	1,29 €
<b>Mo</b>	<b>Zwei Kohlrouladen</b> vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße</b> mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn		<b>Rahmgeschnetzeltes vom Schwein</b> mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße</b> mit Langkornreis G,G1,M,Me,La,Sn		<b>Klassischer Kaiserschmarrn</b> mit Apfel-Rosinen-Kompott G,G1,Ei,M,Me,La		<b>Geflügelrikadelle in Bratensoße</b> mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree G,G1,M,Me,La,S,Sn		<b>Joghurt mit Rhabarbermus</b> auf Kekskrümeln G,G1,M,Me,La	
18.11.	 4086		 4751		 4124		 4548		 4523		 4790		<b>Rote Bete Salat</b> DB10010	
<b>Di</b>	<b>Erbensuppe</b> mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein 3,20,S,Sn		<b>Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße</b> mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn		<b>Fischstäbchen</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree G,G1,F1,M,Me,La		<b>Penne-Nudeln</b> mit vegetarischer Bolognese G,G1,G3,S		<b>Geflügelbratwurst</b> in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln 3,M,Me,La,S,Sn		<b>Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße</b> mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn		<b>Schokoladenmousse mit Kirschkompott</b> Sb,M,Me,La	
19.11.	 4606		 4202		 4429		 4552		 4767		 4553		<b>Weißkrautsalat</b> 3, DB10011	
<b>Mi*</b>	<b>„Himmel und Erde“</b> Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein 3,G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“</b> mit Brokkoli und Kräuterspätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Zwetschgenknödel</b> mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott 10,G,G1,Ei,M,Me,La		<b>Kleine Gemüserösti</b> dazu Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und ein cremiger Dip G,G1,Ei,M,Me,La,S,Se		<b>Fleischklößchen vom Rind und Schwein</b> in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln G,G1,Ei		<b>Herzhaftes Schweinegulasch</b> mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle G,G1,Ei,S		<b>Milchcreme mit Waldbeeren</b> auf Kekskrümeln G,G1,Sb,M,Me,La	
Buß- und Betttag 20.11.	 4378		 4334		 4524		 4508		 4001		 4146		<b>gem. Blattsalat mit Joghurt-Dressing</b> Ei,M,Me,La DB10004	
<b>Do</b>	<b>Gebratene Geflügelleber</b> in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln G,G1,Sb,S		<b>Wildlachsfilet in Joghurt-Zitronensoße</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Julienne-Gemüse und Petersilienkartoffeln F1,M,Me,La		<b>Klopse „Königsberger Art“</b> aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf</b> mit Kartoffelwürfeln		<b>Schweinegulasch „Hausfrauen Art“</b> mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln 20,G,G1,M,Me,La,S		<b>Reibekuchen mit Apfelmus</b> G,G1,Ei		<b>Apfel-Bananenmus</b> 3, DB10006	
21.11.	 4445		 4404		 4079		 4639		 4164		 4557		<b>Rohkostsalat mit Joghurt-Dressing</b> Ei,M,Me,La DB10006	
<b>Fr</b>	<b>Panierte Alaska-Seelachshappen</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Petersilienkartoffeln mit würzigem Dip G,G1,F1,M,Me,La,Sn		<b>Schweinemedallions in feiner Rahmsoße</b> mit Apfelrotkohl und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Wirsing-Möhren-Eintopf</b> mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein G,G1,Ei,S		<b>Käsespätzle</b> mit Röstzwiebelgarnitur G,G1,Ei,M,Me,La		<b>Hähnchenbrust</b> in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüseris		<b>Bratwurst vom Schwein in Soße</b> mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Panna cotta mit Himbeersoße</b> auf Keks 3,G,G1,Sb,M,Me,La,Sd	
22.11.	 4462		 4176		 4610		 4558		 4798		 4082		<b>Gurkensalat</b> 3, DB10008	
<b>Sa*</b>	<b>Süßer Apfelmilchreis</b> mit Zimt und Zucker M,Me,La		<b>Scholle „Finkenwerder Art“</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln 20,G,G1,K,F1,M,Me,La		<b>Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße</b> dazu grüne Bohnen „naturell“ und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung</b> dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale G,G1,Ei,M,Me,La		<b>Gyrossuppe</b> mit Schweinegeschnetzeltem M,Me,La		<b>Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße</b> dazu Erbsen „naturell“ und Langkornreis		<b>Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße</b> auf Biskuit G,G1,Sb,M,Me,La	
23.11.	 4539		 4427		 4061		 4543		 4630		 4792		<b>gem. Pariser Blattsalat mit Balsamico-Dressing</b> DB10005	
<b>So*</b>	<b>Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein</b> mit Rosenkohl und Speckklößen 20,G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn		<b>Rindfleisch in Meerrettichsoße</b> mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La		<b>Hähnchen „Cordon bleu“</b> (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt), mit naturellen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree 20,G,G1,M,Me,La		<b>Spinat-Käse-Strudel</b> dazu eine Reismudelpfanne mit Gemüse „mediterrane Art“ und Tomatensoße G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Zwei Rinderfrikadellen</b> auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Sauerbraten vom Rind</b> in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle G,G1,Ei,S		<b>Erdbeer-Zitronen-Mousse</b> mit Biskuit G,G1,M,Me,La	
Totensonntag 24.11.	 4117		 4210		 4770		 4562		 4013		 4227		<b>gem. Hanseatensalat mit American-Dressing</b> Ei,Sn DB10003	

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-menueservice.de/datenschutz](http://www.ihr-menueservice.de/datenschutz)

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,70 € 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<sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup>  
 = Kirschkuchen<sup>10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb</sup>  
 = Butterkuchen<sup>G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1</sup>

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz ∇ = mit Alkohol ☞ = vegetarisch ☞ = ohne Gluten lt. Rezeptur ☞ = ohne Laktose lt. Rezeptur ☞ = Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g  
☞ = enthält Zutaten vom Schwein 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. Sulfit Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter [www.apetito.de/artikelinfo](http://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







Kalenderwoche: **49**

Menü	1 2 3 4 5 6						Dessert	Kuchen
							Salat	Anzahl
<b>Mo</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Di</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mi</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Do</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
05.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Fr</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sa*</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>So*</b>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Advent 08.12.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<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](http://www.ihr-menuservice.de/datenschutz)

Menüservice der apetito AG in Kooperation mit:  
**AWO** Menü-Service  
Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk  
Ruhr-Mitte  
Tel.: 0234 5075857 Mo. - Fr. 8:00 bis 18:00 Uhr  
[www.ihr-menuservice.de/awo-bochum](http://www.ihr-menuservice.de/awo-bochum)  
[menuservice-awo@apetito.de](mailto: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-bochum](http://www.ihr-menuservice.de/awo-bochum)  
oder QR-Code scannen



Menü-angebot	1	10,69 €	2	11,49 €	3	10,49 €	4	9,99 €	5	10,19 €	6	9,29 €	Dessert 0,79 €	
	Herzhafte Menüs		Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Informationen für Diabetiker)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Salat	1,29 €
<b>Mo</b>	<b>Rinderleber „Berliner Art“</b> mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Schlemmerschnitte „Florentin“</b> vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft), dazu eine Gemüsemischung und Rahmkartoffeln G,G1,F,M,Me,La		<b>Zartes Rindergeschnetzeltes</b> in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln G,G1,S,Sn		<b>Spätzlepfanne</b> mit Rübengemüse, Silberzwiebeln und Tomatenwürfeln, garniert mit Käse G,G1,Ei,M,Me		<b>Chili con Carne (mild abgeschmeckt)</b> vom Rind mit Langkornreis <sup>S</sup> 		<b>Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf<sup>S</sup></b> 		<b>Erdbeer-Zitronen-Mousse</b> mit Biskuit G,G1,M,Me,La 1507	
02.12.	☒ ● 4282		● 4426		☒ ● L 4275		☒ ● 4575		☒ ☒ ☒ ● 4030		☒ ☒ ☒ ● L 4608		<b>Gurkensalat</b> 3, 3, DB10008	
<b>Di</b>	<b>Käse-Ricotta-Tortelloni</b> in cremiger Käsesoße mit Schinken und Erbsen 3,20,G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Sauerbraten „Fränkischer Art“</b> in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>In Vollmilch gekochter Grießbrei</b> mit Pflaumenkompott 9,G,G1,M,Me,La		<b>Gefüllte Kartoffeltaschen</b> mit Frischkäsefüllung, dazu Gemüse in einer kräftigen Tomatensoße G,G1,M,Me,La		<b>Deftiges Eisbein</b> auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree <sup>3,20,M,Me,La</sup> 		<b>Hähnchenfilets</b> in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis G,G1,M,Me,La,S,Sn		<b>Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße</b> auf Biskuit G,G1,Sb,M,Me,La 1509	
03.12.	☒ ☒ ● 4578		● 4255		☒ ● L 4513		☒ 4544		☒ ☒ ☒ ● 4144		● L 4744		<b>Weißkrautsalat</b> 3, DB10011	
<b>Mi</b>	<b>Süßer Kirschmichel</b> mit Vanillesoße G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1		<b>Medaillons vom Schwein</b> in einer rosa Pfeffersoße dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflespätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Hähnchencurry „Indische Art“</b> Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis M,Me,La,Sn		<b>Bunte Gemüseplatte</b> mit Blumenkohl, grünen Bohnen und Fingermöhren, dazu Stampfkartoffeln M,Me,La,S		<b>Hackbällchen vom Schwein und Rind</b> in Preiselbeer-Sahne-Soße, dazu Hörnchennudeln G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Schweinehacksteak</b> in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen „naturell“ und Kartoffelklöße G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn		<b>Himbeercreme mit Fruchtsoße</b> auf Schokokeks G,G1,M,Me,La 1505	
04.12.	☒ 4509		☒ ☒ ● 4159		☒ ● L 4778		☒ ☒ ● L 4574		☒ ☒ ● 4002		☒ ● 4099		<b>gem. Hanseatensalat mit American-Dressing</b> Ei,Sn DB10003	
<b>Do</b>	<b>Tafelspitz aus zartem Rindfleisch</b> in Schnittlauch-Rahmsoße mit Suppengemüse, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Zwei Hähnchenoberkeulen</b> in Champignon-Paprikasoße mit Erbsen und Gabelspaghetti G,G1,M,Me,La,S		<b>Gedünsteter Alaska-Seelachs</b> in feiner Dill-Rahmsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Salzkartoffeln F,M,Me,La,S,Sn		<b>Trivellinudeln</b> mit grünem Gemüsemix in Joghurtsoße G,G1,M,Me,La		<b>Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein</b> in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,Sn		<b>Champignons in Rahmsoße</b> dazu Serviettenknödel G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Quark-Creme</b> mit Maracuja-Soße auf Keks G,G1,G3,M,Me,La 1503	
05.12.	● 4224		☒ ● 4784		☒ ● L 4474		☒ ● L 4545		☒ ● 4018		☒ ● 4580		<b>gem. Pariser Blattsalat mit Balsamico-Dressing</b> DB10005	
<b>Fr</b>	<b>Seelachsfilet</b> in einer Tomatensoße „Mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kartoffelwürfel <sup>fi</sup> 		<b>Zartes Kalbsgeschnetzeltes</b> in Pfefferrahmsoße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Deutsches Beefsteak</b> mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln G,G1,Ei,S,Sn		<b>Buntes Spargelgemüse-Ragout</b> in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Nudelpfanne „Asiatische Art“</b> mit Hähnchenbruststückchen G,G1,Ei,Sb		<b>Saftiges Kasseler in Bratensoße</b> mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln 3,20,G,G1,M,Me,La,S		<b>Rhabarbermus</b> 3, 1553	
06.12.	☒ ☒ ● 4406		☒ ● 4320		☒ ● L 4023		☒ ● L 4599		☒ ☒ ● 4514		☒ ● 4199		<b>gem. Fitness-Blattsalat mit French-Dressing</b> Ei,Sn DB10001	
<b>Sa*</b>	<b>Hähnchenbrust</b> in Rahmsoße dazu Steckrüben-Möhren-Gemüse und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Kap-Seehecht</b> in Sauerrahmsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln G,G1,F,M,Me,La,S,Sn		<b>Pichelsteiner Eintopf</b> mit Rindfleisch <sup>S,Sn</sup> 		<b>Kohlrabi-Pastinaken-Schnitzel</b> in Haferflockenpanade mit dunkler Soße, dazu Rübengemüse und Zwiebel-Kartoffelstampf G,G1,G4,M,Me,La,S		<b>Gyros vom Schwein</b> auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüseris <sup>Sn</sup> 		<b>Jägerfrikadelle vom Schwein</b> in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln 20,G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Schokoladenmousse mit Kirschkompott</b> Sb,M,Me,La 1504	
07.12.	● 4796		● 4420		☒ ☒ ● L 4644		☒ ● 4593		☒ ☒ ☒ ● 4138		☒ ● L 4022		<b>Farmersalat</b> mit Karotten, Weißkohl, Ananas Ei,M,Me,La,S DB10007	
<b>So*</b>	<b>Röstzwiebelschnitzel vom Schwein</b> dazu cremiges Weißkraut mit Möhren und Röstkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn		<b>Geschnittene Entenbrust</b> in Rotwein-Balsamico-Soße, dazu Fingermöhren „naturell“ und Kartoffelklöße G,G1,Ei,M,Me,La,S		<b>Sauerrahmgulasch vom Schwein</b> mit Romanesco und Pariser Karotten, dazu Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>***Neu*** Bandnudeln</b> in Bergkäsesoße mit Kürbis, Pfifferlingen und Wirsing G,G1,Ei,M,Me,La		<b>Hähnchenfilets</b> in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilien-kartoffeln G,G1,M,Me,La,S		<b>Rinderroulade</b> mit Hackfleischfüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffel-Senf-Stampf G,G1,G2,M,Me,La,Sn		<b>Milchcreme</b> mit Waldbeeren auf Kekskrümeln G,G1,Sb,M,Me,La 1511	
2. Advent 08.12.	☒ 4162		☒ ● 4308		☒ ● L 4151		☒ ● L 4563		● 4458		● L 4212		<b>Feldsalat</b> mit Balsamico-Dressing DB10000	

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 0,70 € 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<sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup>  
 = Kirschkuchen<sup>10,G,G1,Ei,M,Me,La,Sb</sup>  
 = Butterkuchen<sup>G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf1</sup>

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz ☒ = mit Alkohol ☒ = vegetarisch ☒ = ohne Gluten lt. Rezeptur ☒ = ohne Laktose lt. Rezeptur ☒ = Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g  
☒ = enthält Zutaten vom Schwein 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](http://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