

# Ihr Menüservice mit Herz



Kalenderwoche: **38**

Menüangebot	1 11,05 € Herzhafte Menüs	2 11,85 € Feinschmecker Menüs	3 10,85 € Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)	4 10,35 € Vegetarische Menüs	5 10,55 € Tagesempfehlung	6 9,65 € Kleine Mahlzeit	Dessert 0,89 € Salat 1,59 €
<b>Mo</b> 15.09.	Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln  4069	Schweinerückenbraten in Feinschmecker-Soße dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln  4183	Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße  4761	Erbstentaler in Mehrsaatenpanade dazu eine cremige Curry-Soße und Gemüsereis  4592	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott  4533	Saftiges Rindergulasch in Champignonsoße mit Spiralnudeln  4229	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln  1508 Rote Bete Salat  D810010
<b>Di</b> 16.09.	Zarte Hähnchenbrust in einer cremigen Zwiebelsoße mit Gemüse-Nudeln  4776	Herzhafte Krustenbraten vom Schwein in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen  4120	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle  4297	Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsauce  4571	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein  4641	Panierte Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree  4430	Luftige Schokoladenmousse mit Soße  1506 Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas  D810007
<b>Mi</b> 17.09.	Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen, dazu Salzkartoffeln  4197	Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsauce mit Gartengemüse und Bandnudeln  4273	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsauce mit Früchten, dazu Gemüsereis  4400	Vegetarisches Kartoffelgulasch mit Paprika und Bohnen  5619	Gebratene Fischrikadelle (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Rahmspinat und Frühlingspüree  4415	Goldgelbes Rührei mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, dazu Frühlingspüree  4581	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit  1507 gem. Gärtnerinsalat  D810002
<b>Do</b> 18.09.	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein  4609	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Fingermöhren und Spätzle  4740	Hackbällchen vom Schwein und Rind in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln  4095	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken  4585	Bandnudeln Carbonara mit geräuchertem Speck in Käsesauce  4507	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln  4060	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks  1510 gem. Blattsalat mit Joghurt-Dressing  D810004
<b>Fr</b> 19.09.	Topfenknödel mit Nougatcremefüllung dazu Vanillesauce und fruchtige Himbeer-Erdbeer-Grütze  4500	Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße (aus verantwortungsvoller Aquakultur) dazu eine Gemüsemischung mit Bohnen, Möhren und Romanesco und Salzkartoffeln  4494	Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln  4158	Linsnbällchen mit einer Perlnudel-Gemüse-Pfanne dazu ein cremiger Joghurt-Dip  4555	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle  4732	Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen  4219	Apfel-Bananenmus  1557 Bohnensalat  D810013
<b>Sa*</b> 20.09.	Panierter Alaska Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Erbsen und Möhren in Buttersauce, dazu Frühlingspüree  4425	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln  4765	Gemüseintopf nach „Gärtnerin Art“ mit frittierten Mettbällchen vom Schwein  4612	Spaghetti „Napoli Art“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße  4321	Rinderrikadelle „Griechische Art“ dazu Tomaten-Paprika-Reis und Grillgemüse in einer fruchtigen Soße  4045	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung  4542	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln  1511 gem. Pariser Blattsalat mit Balsamico-Dressing  D810005
<b>So*</b> 21.09.	Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensauce, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße  4260	Filettöpfchen (Schweinemedaillon und Hähnchenfilets) in Feinschmeckersauce, dazu Fingermöhren und Kräuterspätzle  4127	Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf  4432	Saftige Gemüserikadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln  4387	Panierter Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße dazu Spiralnudeln  4131	Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsauce mit Gemüseeinlage dazu bunter Gemüseris  4797	Cappuccino-Pudding mit Karamelloße auf Biskuit  1509 gem. Hanseatsalat mit American-Dressing  D810003

Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl
<b>Mo</b> 15.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Di</b> 16.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mi</b> 17.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Do</b> 18.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Fr</b> 19.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sa*</b> 20.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>So*</b> 21.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

- = 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>

Änderungen vorbehalten

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

Name \_\_\_\_\_

Straße, Hausnr. \_\_\_\_\_

Wohnort \_\_\_\_\_

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.

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  
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  
oder QR-Code scannen



Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert	
							Salat	Kuchen
<b>Mo</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.09.	<input type="checkbox"/>							
<b>Di</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.09.	<input type="checkbox"/>							
<b>Mi</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.09.	<input type="checkbox"/>							
<b>Do</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.09.	<input type="checkbox"/>							
<b>Fr</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.09.	<input type="checkbox"/>							
<b>Sa*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.09.	<input type="checkbox"/>							
<b>So*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.09.	<input type="checkbox"/>							

Menü-angebot	1	11,05 €	2	11,85 €	3	10,85 €	4	10,35 €	5	10,55 €	6	9,65 €	Dessert 0,89 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Dessert 0,89 €	
<b>Mo</b>	Hausgemachter Aprikosenmichel mit Vanillesoße <sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup>  4516	Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse <sup>Fi,M,Me,La</sup>  4417	Rindgulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln  4226	Spaghetti mit grünem Pesto und einer Käse-Tomaten-Garnitur <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4540	Currywurst mit Kartoffelspalten <sup>Sn,3</sup>  4088	Gebratene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln <sup>G,G1,M,Me,La</sup>  4762	Luftige Schokoladenmousse mit Soße <sup>Sb,M,Me,La,1</sup> 1506						
22.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gurkensalat <sup>3</sup> D810008
<b>Di</b>	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis <sup>G,G1,Ei,S</sup>  4026	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln <sup>G,G1,S,Sn</sup>  4221	Hähnchencurry „Indische Art“ Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis <sup>M,Me,La,Sn</sup>  4778	Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingsspüree <sup>G,G1,M,Me,La</sup>  4594	Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprika-soße mit Kräuter-Kartoffeln <sup>G,G1,Ei</sup>  4024	Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße <sup>G,G1,Ei,M,Me,La</sup>  4502	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <sup>G,G1,Sb,M,Me,La,Sd,1,3</sup> 1510						
23.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Rotkrautsalat D810012
<b>Mi</b>	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4098	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</sup>  4748	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen <sup>M,Me,La,10</sup>  4501	Gnocchi in einer Gemüse Mischung „Mediterrane Art“ <sup>G,G1,M,Me,La</sup>  4591	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingsschwartzwiebel Garnitur <sup>G,G1,M,Me,La</sup>  4668	Herzhafte Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Petersilienkartoffeln <sup>G,G1,M,Me,La,S,Sn</sup>  4233	Rhabarbermus <sup>3</sup> 1553						
24.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feldsalat 20g mit Balsamico Dressing 25ml <sup>Sd,1,3</sup> D810018
<b>Do</b>	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüse-mischung und Salzkartoffeln <sup>M,Me,La,S</sup>  4758	Schweineschnitzel Natur in einer Café-de-Paris-Soße dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwiebeln und kleine Kartoffelrösti <sup>G,G1,M,Me,La,Sn,20</sup>  4108	Pasta Duett Cannelloni gefüllt mit Rinderhackfleisch in Tomaten-Sahne-Soße und Penne in Käse-Spinat-Soße <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4577	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4554	Apfelstrudel mit Vanillesoße <sup>G,G1,M,Me,La</sup>  4512	Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senfsoße mit buntem Gemüseris <sup>G,G1,Fi,M,Me,La,Sn</sup>  4493	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <sup>G,G1,M,Me,La,1</sup> 1507						
25.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fitnesssalat 30g mit Kräuter Dressing 25ml <sup>M,Me,La,S,Sn</sup> D810019
<b>Fr</b>	Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpfle-spätzle <sup>G,G1,Ei,Sn,20</sup>  4154	Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsauce, dazu Salzkartoffeln <sup>20</sup>  4785	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseinlage und Salzkartoffeln <sup>G,G1,Fi,M,Me,La,S</sup>  4465	Cremiges Champignonragout mit Spätzle <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4587	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohlgemüse und Stampfkartoffeln <sup>G,G1,Fi,M,Me,La,S,Sn</sup>  4081	Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln  4603	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit <sup>G,G1,Sb,M,Me,La,1</sup> 1509						
26.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Rohkostsalat 40g mit Joghurt Dressing 25ml <sup>M,Me,La,S,Sn</sup> D810024
<b>Sa*</b>	Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn,3</sup>  4076	Kräftiger Burgunderbraten vom Rind, dazu Rosenkohl und Spätzle <sup>G,G1,Ei,S,Sn,20</sup>  4269	Klassischer Hühnersuppentopf <sup>G,G1,Ei</sup>  4621	Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur  4560	Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Möhren und Risi-Bisi <sup>G,G1,Fi,M,Me,La,Sn</sup>  4433	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4040	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks <sup>G,G1,G3,M,Me,La,1</sup> 1503						
27.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gärtnerinsalat 60g mit Kräuter Dressing 25ml <sup>M,Me,La,S,Sn</sup> D810020
<b>So*</b>	Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße <sup>Fi,M,Me,La,S</sup>  4263	Gedünstetes Lachsfilet (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln <sup>G,G1,Fi,M,Me,La,S</sup>  4411	Schweineschnitzel in Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle <sup>G,G1,Ei,M,Me,La,S</sup>  4189	Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten-Gemüse-Soße <sup>5</sup>  4588	Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln  4759	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln  4168	Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks <sup>G,G1,M,Me,La,1</sup> 1505						
28.09.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mischsalat Exquisit 20g mit Joghurt Dressing 25ml <sup>M,Me,La,S,Sn</sup> D810022

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)

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

-  = 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

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  
 menueservice-awo@apetito.de

# Ihr Menüservice mit Herz



**Ofenfrisch - dank Ofen an Bord!**

## Menü-Service Bochum **Bestellschein**

Kalenderwoche: **40**

Menüangebot	1 11,05 € Herzhafte Menüs	2 11,85 € Feinschmecker Menüs	3 10,85 € Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)	4 10,35 € Vegetarische Menüs	5 10,55 € Tagesempfehlung	6 9,65 € Kleine Mahlzeit	Dessert 0,89 € Salat 1,59 €
<b>Mo</b> 29.09.	Zwei Kohlroutaden vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln G,G1,M,Me,La,S 4086	Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn 4751	Rahmgeschmetzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln G,G1,M,Me,La,S 4124	Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße mit Langkornreis G,G1,M,Me,La,Sn 4548	Klassischer Kaiserschmarrn mit Apfel-Rosinen-Kompott G,G1,Ei,M,Me,La 4523	Geflügelrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree G,G1,M,Me,La,S,Sn 4790	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln G,G1,M,Me,La,1 1508 Weißkrautsalat <sup>3</sup> D810011
<b>Di</b> 30.09.	Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein S,Sn,20,3 4606	Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,Sn 4202	Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree G,G1,Fi,M,Me,La 4429	Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese G,G1,S 4552	Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln M,Me,La,S,Sn,3 4767	Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel G,G1,Fi,M,Me,La,S,Sn 4553	Schokoladenmousse mit Kirschkompott Sb,M,Me,La,1 1504 Bohnensalat D810013
<b>Mi</b> 01.10.	„Himmel und Erde“ Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein G,G1,Ei,M,Me,La,S,3 4378	Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“ mit Brokkoli und Kräuterspätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4334	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott G,G1,Ei,M,Me,La,10 4524	Kleine Gemüserösti dazu Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und ein cremiger Dip G,G1,Ei,M,Me,La,S,Se 4508	Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln G,G1,Fi 4001	Herzhafte Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle G,G1,Ei,S 4146	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln G,G1,Sb,M,Me,La,1 1511 Mischsalat „Pariser Art“ 30g mit Balsamico Dressing 25ml Sd,1,3 D810023
<b>Do</b> 02.10.	Gebatene Geflügelleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln G,G1,Sb,S 4445	Seelachs in Kräutermarinade (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln Fi 4407	Klopse „Königsberger Art“ aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4079	Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf mit Kartoffelwürfeln 4639	Schweinegulasch „Hausfrauen Art“ mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La,S,20 4164	Reibekuchen mit Apfelmus G,G1,Ei 4557	Apfel-Bananenmus <sup>3</sup> 1557 Hanseatensalat 35g mit Kräuter Dressing 25ml M,Me,La,S,Sn D810021
<b>Fr*</b> 03.10.	Panierte Alaska-Seelachshappen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Petersilienkartoffeln mit würzigem Dip G,G1,Fi,M,Me,La,Sn 4462	Schweinemedallions in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle G,G1,Ei,M,Me,La,S 4176	Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein G,G1,Ei,S 4610	Käsespätzle mit Röstzwiebelgarnitur G,G1,Ei,M,Me,La 4558	Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüseris 4798	Bratwurst vom Schwein in Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4082	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks G,G1,Sb,M,Me,La,Sd,1,3 1510 Rotkrautsalat D810012
<b>Sa*</b> 04.10.	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker M,Me,La 4539	Scholle „Finkenwerder Art“ (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln G,G1,K,Fi,M,Me,La,20 4427	Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße dazu grüne Bohnen „naturell“ und Salzkartoffeln G,G1,Ei,M,Me,La,S 4061	Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale G,G1,Ei,M,Me,La 4543	Gyrossuppe mit Schweinegeschmetzeltem M,Me,La 4630	Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße dazu Erbsen „naturell“ und Langkornreis 4792	Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit G,G1,Sb,M,Me,La,1 1509 Rohkostsalat 40g mit Joghurt Dressing 25ml M,Me,La,S,Sn D810024
<b>So*</b> 05.10.	Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn,20 4117	Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln G,G1,M,Me,La 4210	Hähnchen „Cordon bleu“ (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt), mit naturellen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree G,G1,M,Me,La,20 4770	Spinat-Käse-Strudel dazu eine Reinsnudelpfanne mit Gemüse „mediterrane Art“ und Tomatensoße G,G1,Ei,M,Me,La,S 4562	Zwei Rinderfrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben G,G1,Ei,M,Me,La,S 4013	Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle G,G1,Ei,S 4227	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit G,G1,M,Me,La,1 1507 Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas Ei,M,Me,La,S D810007

Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl
<b>Mo</b> 29.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Di</b> 30.09.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mi</b> 01.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Do</b> 02.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Fr*</b> 03.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sa*</b> 04.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>So*</b> 05.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

- = 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>

Änderungen vorbehalten

Kunden-Nr. .... Tel. ....

Name .....

Straße, Hausnr. ....

Wohnort .....

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

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  
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  
oder QR-Code scannen



Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert	Kuchen
							Salat	Anzahl
<b>Mo</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Di</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mi</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Do</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Fr</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sa*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>So*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Menü-angebot	1	2	3	4	5	6	Dessert 0,89 € Salat 1,59 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)	Vegetarische Menüs	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	
<b>Mo</b>	<b>Alaska-Seelachsschnitte</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln <small>F,M,Me,La,S,Sn</small>  4419 🌱 ● L	<b>Zarte Schweinemedallions in Champignonsoße</b> mit Feinschmecker-gemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4190 🌱 🌿 ●	<b>Grüne-Bohnen-Eintopf</b> mit geschnittenem Rindfleisch <sup>5</sup>  4645 🌱 🌿 ● L	<b>Südländische Gemüse-Nudelpfanne</b> „vegetarisch“ mit Tomaten und Paprika <small>G,Gl</small>  4549 🌱 🌿 ●	<b>Hähnchenfilet „Gärtner Art“ in Sahnesoße</b> mit Gemüseeinlage, dazu Langkorn-reis <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4780 ● L	<b>Hausgemachte Rinderfrikadelle</b> in herzhafter Bratensoße mit Rahm-spinat und Peter-silienkartoffeln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4097 ● L	<b>Apfelmus</b> <sup>3</sup> 1552 <b>Karottensalat</b> <sup>3</sup> D810009
<b>Di</b>	<b>Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art“</b> mit Langkorn-reis <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4745 🌱 ● L	<b>Zartes Rindfleisch</b> in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S,Sn,20</small>  4211 🌱 ●	<b>Schweinegulasch „Jäger Art“</b> dazu Erbsen in Soße und Kräuter-spätzle <small>G,Gl,Ei</small>  4145 🌱 🌿 ● L	<b>Rührei mit Spinat</b> und Salzkartoffeln <small>Ei,M,Me,La</small>  4565 🌱 🌿 ● L	<b>Nudeln in Rahmsoße</b> mit Lauch und herzhaftem Schinken <small>G,Gl,M,Me,La,S,20,3</small>  4551 🌱 🌿 ●	<b>Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße</b> mit Salzkartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4573 🌿 ● L	<b>Himbeercreme mit Fruchtsoße</b> auf Schokokeks <small>G,Gl,M,Me,La,1</small> 1505 <b>Rote Bete Salat</b> D810010
<b>Mi</b>	<b>Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art“</b> in Champignonsoße mit Frühlingsgemüse und Petersilien-kartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4153 🌱 ●	<b>Ente „asiatische Art“</b> in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis <sup>Sb</sup>  4782 🌱 🌿 ●	<b>Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein</b> in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4053 🌱 ● L	<b>Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße</b> mit buntem Gemüse <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>  4598 🌱 🌿	<b>Traditionelle Leberklöße</b> auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>  4074 🌱	<b>Zarter Rinderbraten</b> in kräftiger Bratensoße mit Blumen-kohl in Soße und Petersilien-kartoffeln <small>M,Me,La,S,Sn</small>  4231 🌱 ● L	<b>Quark-Creme</b> mit Maracuja-Soße auf Keks <small>G,Gl,G3,M,Me,La,1</small> 1503 <b>Fitnesssalat 30g mit Kräuter Dressing 25ml</b> <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810019
<b>Do</b>	<b>Festtagssuppe mit Rindfleisch</b> und Grießnockerln <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>  4693 ● L	<b>Schweineschnitzel Cordon bleu</b> mit buntem Mischgemüse „naturell“ und Kartoffel-würfeln in Käse-soße <small>G,Gl,M,Me,La,S,20,3</small>  4182 🌱 🌿 ●	<b>Geflügelfrikadellen</b> in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln <small>G,Gl,M,Me,La,S,Sn</small>  4768 ● L	<b>Kartoffel-Gemüse-Reibekuchen</b> mit einem feinen Gemüsemix und einem cremigen Dip <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>  4576 🌿 ●	<b>In Vollmilch gekochter Grießbrei</b> mit Erdbeer-Apfel-Kompott <small>G,Gl,M,Me,La,10</small>  4533 🌿 ● L	<b>Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kohl-rabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße und Stampfkartoffeln <small>G,Gl,F,M,Me,La</small>  4434 ● L	<b>Luftige Schokoladenmousse</b> mit Soße <sup>Sb,M,Me,La,1</sup> 1506 <b>Mischsalat „Pariser Art“ 30g mit Balsamico Dressing 25ml</b> <sup>Sd,1,3</sup> D810023
<b>Fr</b>	<b>Spaghetti Bolognese</b> mit Hackfleischsoße vom Rind und Schwein <small>G,Gl,Ei,S</small>  4584 🌱 🌿 🌿 ●	<b>Panierter Alaska-Seelachs mit Kräuter-füllung</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Romanesco, Blumenkohl und Brokkoli in Soße und Salzkartoffeln <small>G,Gl,F,M,Me,La,Sn</small>  4402 ● L	<b>Quarktaler auf Vanillesoße</b> dazu Ananas-Mango-Kompott <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,10</small>  4590 🌿 ● L	<b>Cremige Erbsensuppe</b> mit Gemüseeinlage <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4683 🌿 ● L	<b>Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße</b> mit Apfelrotkohl und Kartoffel-püree <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4080 ● L	<b>Zartes Schweinegeschnetzeltes</b> in Soße mit buntem Gemüsemix, dazu Knöpfle-Spätzle <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>  4163 🌱 ● L	<b>Joghurt mit Rhabarbermus</b> auf Kekskrümeln <small>G,Gl,M,Me,La,1</small> 1508 <b>Gärtnerinsalat 60g mit Kräuter Dressing 25ml</b> <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810020
<b>Sa*</b>	<b>Kasselerbraten in Bratensaft</b> mit Sauerkraut und Kartoffel-püree <small>M,Me,La,S,20,3</small>  4102 🌱 🌿 ●	<b>Rinderroulade in kräftiger Bratensoße</b> mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4203 ●	<b>Panierte Hähnchen-Happen</b> (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt) mit Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4747 ● L	<b>Feine Gemüsevielfalt</b> mit einer Karottenecke in Knusperpanade, Romanesco-Möhren-Gemüse und Salz-kartoffeln, dazu eine cremige Buttersoße <small>G,Gl,G3,M,Me,La,S</small>  4556 🌿 ● L	<b>Grünkohleintopf</b> mit geschnittener Mettwurst vom Schwein <sup>S,Sn,20,3</sup>  4614 🌱 🌿 🌿	<b>Pfannkuchen</b> mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>  4515 🌿 L	<b>Milchcreme mit Waldbeeren</b> auf Kekskrümeln <small>G,Gl,Sb,M,Me,La,1</small> 1511 <b>Mischsalat Exquisit 20g mit Joghurt Dressing 25ml</b> <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810022
<b>So*</b>	<b>Rinderbraten in einer Senf-Butter-Soße</b> dazu Kaisergemüse und kleine Kartoffeln mit Schale <small>M,Me,La,Sn</small>  4217 🌱 ● L	<b>Zartes Gulasch vom Hirsch</b> in feiner Rotweinsoße mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffel-klöße <small>G,Gl,Ei,M,Me,La</small>  4319 🌱	<b>Panierter Alaska-Seelachs</b> (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffel-würfel <small>G,Gl,F,M,Me,La,S,Sn</small>  4472 🌱 ● L	<b>Eieromelette auf Ratatouille-Gemüse</b> dazu Käse-Ricotta-Tortellini in Käse-soße mit Spinat <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S</small>  4595 🌱 🌿 ●	<b>Senfkrustenbraten vom Schwein</b> in herzhafter Soße mit Rüben-gemüse, dazu Spätzle <small>G,Gl,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4192 🌱 ● L	<b>Hähnchenoberkeule in feiner Soße</b> mit buntem Gemüse „naturell“ und Gabelspaghetti <small>G,Gl,M,Me,La,S</small>  4755 🌱 ●	<b>Panna cotta mit Himbeersoße</b> auf Keks <small>G,Gl,Sb,M,Me,La,Sd,1,3</small> 1510 <b>Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas</b> <small>Ei,M,Me,La,S</small> D810007

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)

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

🍏 = 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

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

# Ihr Menüservice mit Herz



Kalenderwoche: 42

Menüangebot	1 11,05 € Herzhafte Menüs	2 11,85 € Feinschmecker Menüs	3 10,85 € Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)	4 10,35 € Vegetarische Menüs	5 10,55 € Tagesempfehlung	6 9,65 € Kleine Mahlzeit	Dessert 0,89 € Salat 1,59 €
<b>Mo</b>	Rinderleber „Berliner Art“ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln G, G1, M, Me, La, S 4282	Schlemmerschnitte „Florentin“ vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft), dazu eine Gemüsemischung und Rahmkartoffeln G, G1, F, M, Me, La 4426	Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln G, G1, S, Sn 4275	Spiralnudeln in Käsesoße mit Tomatenwürfel-Garnitur G, G1, M, Me, La, S 5301	Chili con Carne (mild abgeschmeckt) vom Rind mit Langkornreis <sup>5</sup> 4030	Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf <sup>5</sup> 4608	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit G, G1, M, Me, La, 1 1507 Weißkrautsalat <sup>3</sup> D810011
<b>13.10.</b>							
<b>Di</b>	Käse-Ricotta-Tortelloni in cremiger Käsesoße mit Schinken und Erbsen G, G1, Ei, M, Me, La, S, 20, 3 4578	Sauerbraten „Fränkischer Art“ in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflepätzle G, G1, Ei, M, Me, La, S 4255	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Pflaumenkompott G, G1, M, Me, La, 9 4513	Gefüllte Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Gemüse in einer kräftigen Tomatensoße G, G1, M, Me, La 4544	Deftiges Eisbeinfleisch auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree M, Me, La, 20, 3 4144	Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis G, G1, M, Me, La, S, Sn 4744	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit G, G1, S, M, Me, La, 1 1509 Gurkensalat <sup>3</sup> D810008
<b>14.10.</b>							
<b>Mi</b>	Süßer Kirschnichel mit Vanillesoße G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sf1 4509	Medaillons vom Schwein in einer rosa Pfeffersoße dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflepätzle G, G1, Ei, M, Me, La, S 4159	Hähnchencurry „Indische Art“ Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis M, Me, La, Sn 4778	Bunte Gemüseplatte mit Blumenkohl, grünen Bohnen und Fingermöhren, dazu Stampfkartoffeln M, Me, La, S 4574	Hackbällchen vom Schwein und Rind in Preiselbeer-Sahne-Soße, dazu Hörnchennudeln G, G1, Ei, M, Me, La, S 4002	Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen „naturell“ und Kartoffelklöße G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn 4099	Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks G, G1, M, Me, La, 1 1505 Hanseatensalat 35g mit Kräuter Dressing 25ml M, Me, La, S, Sn D810021
<b>15.10.</b>							
<b>Do</b>	Tafelspitz aus zartem Rindfleisch in Schnittlauch-Rahmsoße mit Suppengemüse, dazu Salzkartoffeln G, G1, M, Me, La, S 4224	Zwei Hähnchenoberkeulen in Champignon-Paprikasoße mit Erbsen und Gabelspaghetti G, G1, M, Me, La, S 4784	Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dill-Rahmsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Salzkartoffeln F, M, Me, La, S, Sn 4474	Trivellinudeln mit grünem Gemüsemix in Joghurtsoße G, G1, M, Me, La 4545	Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn 4018	Champignons in Rahmsoße dazu Serviettenknödel G, G1, Ei, M, Me, La, S 4580	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks G, G1, G3, M, Me, La, 1 1503 Feldsalat 20g mit Balsamico Dressing 25ml Sd, 1, 3 D810018
<b>16.10.</b>							
<b>Fr</b>	Seelachsfilet in einer Tomatensoße „Mediterrane Art“ mit Grill-Gemüse (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kartoffelwürfel Fi 4406	Zartes Kalbgeschnetzeltes in Pfefferrahmsoße mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln G, G1, M, Me, La, S 4320	Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln G, G1, Ei, S, Sn 4023	Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln G, G1, M, Me, La, S 4599	Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln G, G1, M, Me, La, S 4458	Saftiges Kasseler in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln G, G1, M, Me, La, S, 20, 3 4199	Rhabarbermus <sup>3</sup> 1553 Rohkostsalat 40g mit Joghurt Dressing 25ml M, Me, La, S, Sn D810024
<b>17.10.</b>							
<b>Sa*</b>	Hähnchenbrust in Rahmsoße dazu Steckrüben-Möhren-Gemüse und Spätzle G, G1, Ei, M, Me, La, S 4796	Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln G, G1, F, M, Me, La, S, Sn 4420	Pichelsteiner Eintopf mit Rindfleisch S, Sn 4644	Kohlrabi-Pastinaken-Schnitzel in Haferflockenpanade mit dunkler Soße, dazu Rübengemüse und Zwiebel-Kartoffelstampf G, G1, G4, M, Me, La, S 4593	Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüseris <sup>Sn</sup> 4138	Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln G, G1, Ei, M, Me, La, S, 20 4022	Schokoladenmousse mit Kirschkompott Sb, M, Me, La, 1 1504 Fitnesssalat 30g mit Kräuter Dressing 25ml M, Me, La, S, Sn D810019
<b>18.10.</b>							
<b>So*</b>	Röstzwiebelschnitzel vom Schwein dazu cremiges Weißkraut mit Möhren und Röstkartoffeln G, G1, M, Me, La, S, Sn 4162	Geschnittene Entenbrust in Rotwein-Balsamico-Soße, dazu Fingermöhren „naturell“ und Kartoffelklöße G, G1, Ei, M, Me, La, S 4308	Sauerrahmgulasch vom Schwein mit Romanesco und Pariser Karotten, dazu Stampfkartoffeln G, G1, M, Me, La, S 4151	Herzhafter Spinatpfannkuchen mit Frischkäsefüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffelwürfel G, G1, Ei, M, Me, La 4570	Nudelpfanne „Asiatische Art“ mit Hähnchenbruststückchen G, G1, Ei, Sb 4514	Rinderroulade mit Hackfleischfüllung dazu grüne Bohnen und Kartoffel-Senf-Stampf G, G1, G2, M, Me, La, S, Sn 4212	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümel G, G1, Sb, M, Me, La, 1 1511 Karottensalat <sup>3</sup> D810009
<b>19.10.</b>							

Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl
<b>Mo</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>13.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Di</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>14.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Mi</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>15.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Do</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>16.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Fr</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>17.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Sa*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>18.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>So*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>19.10.</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

- = 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>

Änderungen vorbehalten

Kunden-Nr. .... Tel. ....

Name .....

Straße, Hausnr. ....

Wohnort .....

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.

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  
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  
oder QR-Code scannen



Menü	1 2 3 4 5 6						Dessert	Kuchen
							Salat	Anzahl
Mo							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26.10.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Menü-angebot	1	2	3	4	5	6	Dessert 0,89 € Salat 1,59 €
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs	Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)	Vegetarische Menüs	Tagesempfehlung	Kleine Mahlzeit	
<b>Mo</b>	<b>11,05 €</b>	<b>11,85 €</b>	<b>10,85 €</b>	<b>10,35 €</b>	<b>10,55 €</b>	<b>9,65 €</b>	<b>Dessert 0,89 € Salat 1,59 €</b>
20.10.	Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln <small>Ei,M,Me,La,S</small> 4069	Schweinerückenbraten in Feinschmecker-Soße dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4183	Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4761	Erbentaler in Mehrsaatenpanade dazu eine cremige Curry-Soße und Gemüseris <small>G,G1,M,Me,La</small> 4592	In Vollmilch gekochter Grießbrei mit Erdbeer-Apfel-Kompott <small>G,G1,M,Me,La,10</small> 4533	Saftiges Rindergulasch in Champignonsoße mit Spiralnudeln <small>G,G1</small> 4229	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln <small>G,G1,M,Me,La,1</small> 1508 Rote Bete Salat D810010
<b>Di</b>	<b>21.10.</b>	<b>21.10.</b>	<b>21.10.</b>	<b>21.10.</b>	<b>21.10.</b>	<b>21.10.</b>	<b>21.10.</b>
21.10.	Zarte Hähnchenbrust in einer cremigen Zwiebelsoße mit Gemüse-Nudeln <small>G,G1,M,Me,La</small> 4776	Herzhafter Krustenbraten vom Schwein in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4120	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4297	Gefüllte Gemüseravioli in einer Limetten-Rahmsoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4571	Linseneintopf „Hausfrauen Art“ mit deftiger Bauernwurst vom Schwein <small>S,20,3</small> 4641	Panierte Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree <small>G,G1,F,i,M,Me,La</small> 4430	Luftige Schokoladenmousse mit Soße <small>Sb,M,Me,La,1</small> 1506 Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas <small>Ei,M,Me,La,S</small> D810007
<b>Mi</b>	<b>22.10.</b>	<b>22.10.</b>	<b>22.10.</b>	<b>22.10.</b>	<b>22.10.</b>	<b>22.10.</b>	<b>22.10.</b>
22.10.	Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen, dazu Salzkartoffeln <small>20,3</small> 4197	Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4273	Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Früchten, dazu Gemüse-reis <small>M,Me,La,S,Sn</small> 4400	Vegetarischer Kürbis-Kartoffel-eintopf mit Steckrübe  4628	Gebratene Fischfrikadelle (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Rahmspinat und Frühlings-püree <small>G,G1,F,i,M,Me,La</small> 4415	Goldgelbes Rührei mit Gemüse „Leipziger Allerlei“, dazu Frühlings-püree <small>Ei,M,Me,La</small> 4581	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <small>G,G1,M,Me,La,1</small> 1507 Gärtnerinsalat 60g mit Kräuter Dressing 25ml <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810020
<b>Do</b>	<b>23.10.</b>	<b>23.10.</b>	<b>23.10.</b>	<b>23.10.</b>	<b>23.10.</b>	<b>23.10.</b>	<b>23.10.</b>
23.10.	Kartoffelsuppe „Holsteiner Art“ mit geschnittener Mettwurst vom Schwein <small>M,Me,La,S,20,3</small> 4609	Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Fingermöhren und Spätzle <small>G,G1,Ei,S</small> 4740	Hackbällchen vom Schwein und Rind in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4095	Kartoffel-Gemüse-Auflauf mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4585	Bandnudeln Carbonara mit geräuchertem Speck in Käsesoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La,20</small> 4507	Wirsingroulade vom Schwein und Rind in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln <small>G,G1,S,Sn</small> 4060	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>G,G1,Sb,M,Me,La,Sd,1,3</small> 1510 Mischsalat Exquisit 20g mit Joghurt Dressing 25ml <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810022
<b>Fr</b>	<b>24.10.</b>	<b>24.10.</b>	<b>24.10.</b>	<b>24.10.</b>	<b>24.10.</b>	<b>24.10.</b>	<b>24.10.</b>
24.10.	Topfenknödel mit Nougatcremefüllung dazu Vanillesoße und fruchtige Himbeer-Erdbeer-Grütze <small>G,G1,Ei,M,Me,La,Sf,Sf2</small> 4500	Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße (aus verantwortungsvoller Aquakultur) dazu eine Gemüse Mischung mit Bohnen, Möhren und Romanesco und Salzkartoffeln <small>F,M,Me,La,Sn</small> 4494	Schweinebraten „Altdeutsche Art“ mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln <small>M,Me,La,S,Sn</small> 4158	Linsnbällchen mit einer Perlnudel-Gemüse-Pfanne dazu ein cremiger Joghurt-Dip <small>G,G1,G4,Ei,M,Me,La,S</small> 4555	Bunte Geflügelpfanne mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4732	Zartes Rindergeschnetzeltes mit Rotkohl und Kartoffelklößen <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small> 4219	Apfel-Bananemus <sup>3</sup> 1557 Bohnsensalat D810013
<b>Sa*</b>	<b>25.10.</b>	<b>25.10.</b>	<b>25.10.</b>	<b>25.10.</b>	<b>25.10.</b>	<b>25.10.</b>	<b>25.10.</b>
25.10.	Panierter Alaska Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Erbsen und Möhren in Buttersoße, dazu Frühlingspüree <small>G,G1,F,i,M,Me,La,S</small> 4425	Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art“ in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Salzkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4765	Gemüseintopf nach „Gärtnerin Art“ mit frittierten Mettbällchen vom Schwein <small>G,G1,Ei,S</small> 4612	Spaghetti „Napoli Art“ mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4321	Rinderfrikadelle „Griechische Art“ dazu Tomaten-Paprika-Reis und Grillgemüse in einer fruchtigen Soße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4045	Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung <small>G,G1,Ei,M,Me,La,9</small> 4542	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln <small>G,G1,Sb,M,Me,La,1</small> 1511 Mischsalat „Pariser Art“ 30g mit Balsamico Dressing 25ml <small>Sd,1,3</small> D810023
<b>So*</b>	<b>26.10.</b>	<b>26.10.</b>	<b>26.10.</b>	<b>26.10.</b>	<b>26.10.</b>	<b>26.10.</b>	<b>26.10.</b>
26.10.	Rheinischer Sauerbraten vom Rind mit Rosinensoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4260	Filettöpfchen (Schweinemedaillon und Hähnchenfilets) in Feinschmecker-Soße, dazu Fingermöhren und Kräuterspätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small> 4127	Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf <small>F,M,Me,La,Sn</small> 4432	Saftige Gemüsefrikadelle mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small> 4387	Paniertes Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße dazu Spiralnudeln <small>G,G1,Sn,20</small> 4131	Klassisches Hühnerfrikassee in Rahmsoße mit Gemüseeinlage dazu bunter Gemüseris <small>G,G1,M,Me,La,S</small> 4797	Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit <small>G,G1,Sb,M,Me,La,1</small> 1509 Hanseatensalat 35g mit Kräuter Dressing 25ml <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810021

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)

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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.

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 1,99 Euro.

= 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 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

# Ihr Menüservice mit Herz



Kalenderwoche: **44**

Menüangebot	1 11,05 € Herzhafte Menüs	2 11,85 € Feinschmecker Menüs	3 10,85 € Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)	4 10,35 € Vegetarische Menüs	5 10,55 € Tagesempfehlung	6 9,65 € Kleine Mahlzeit	Dessert 0,89 € Salat 1,59 €
<b>Mo</b>	Hausgemachter Aprikosenmichel mit Vanillesoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>  4516	Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse <small>Fi,M,Me,La</small>  4417	Rindergulasch mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln  4226	Spaghetti mit grünem Pesto und einer Käse-Tomaten-Garnitur <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4540	Currywurst mit Kartoffelspalten <small>Sn,3</small>  4088	Gebatene Geflügelfleischbällchen in Curry-Rahmsoße mit Gemüse, dazu Spiralnudeln <small>G,G1,M,Me,La</small>  4762	Luftige Schokoladenmousse mit Soße <small>Sb,M,Me,La,1</small> 1506 Gurkensalat <sup>3</sup> D810008
<b>Di</b>	Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis <small>G,G1,Ei,S</small>  4026	Rinderroulade „Hausfrauen-Art“ in Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln <small>G,G1,S,Sn</small>  4221	Hähnchencurry „Indische Art“ Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis <small>M,Me,La,Sn</small>  4778	Feine Gemüseauswahl mit Soße à la Hollandaise und Frühlingsspüree <small>G,G1,M,Me,La</small>  4594	Drei Hackröllchen „Balkan-Art“ vom Schwein in pikanter Paprika-soße mit Kräuter-Kartoffeln <small>G,G1,Ei</small>  4024	Goldgelb gebackener Pfannkuchen gefüllt mit roter Grütze dazu Joghurtsoße <small>G,G1,Ei,M,Me,La</small>  4502	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>G,G1,Sb,M,Me,La,Sd,1,3</small> 1510 Rotkrautsalat D810012
<b>Mi</b>	Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4098	Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4748	Milchreis mit fruchtigen Mandarinen <small>M,Me,La,10</small>  4501	Gnocchi in einer Gemüsemischung „Mediterrane Art“ <small>G,G1,M,Me,La</small>  4591	Käse-Lauch-Suppe mit Geflügelhack und einer Frühlingsschwibel Garnitur <small>G,G1,M,Me,La</small>  4668	Herzhafte Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit Petersilienkartoffeln <small>G,G1,M,Me,La,S,Sn</small>  4233	Rhabarbermus <sup>3</sup> 1553 Feldsalat 20g mit Balsamico Dressing 25ml <small>Sd,1,3</small> D810018
<b>Do</b>	Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüse-mischung und Salzkartoffeln <small>M,Me,La,S</small>  4758	Schweineschnitzel Natur in einer Café-de-Paris-Soße dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwiebeln und kleine Kartoffelrösti <small>G,G1,M,Me,La,Sn,20</small>  4108	Pasta Duett Cannelloni gefüllt mit Rinderhackfleisch in Tomaten-Sahne-Soße und Penne in Käse-Spinat-Soße <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4577	Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Stampfkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4554	Apfelstrudel mit Vanillesoße <small>G,G1,M,Me,La</small>  4512	Gebakene Filetstücke vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Senfsoße mit buntem Gemüsereis <small>G,G1,F,M,Me,La,Sn</small>  4493	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <small>G,G1,M,Me,La,1</small> 1507 Fitnesssalat 30g mit Kräuter Dressing 25ml <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810019
<b>Fr*</b>	Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpfel-spätzle <small>G,G1,Ei,Sn,20</small>  4154	Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsoße, dazu Salzkartoffeln <sup>20</sup>  4785	Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln <small>G,G1,F,M,Me,La,S</small>  4465	Cremiges Champignonragout mit Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4587	Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn</small>  4081	Vegetarischer Möhreintopf mit feinen Kartoffelwürfeln  4603	Cappuccino-Pudding mit Karamellsoße auf Biskuit <small>G,G1,Sb,M,Me,La,1</small> 1509 Rohkostsalat 40g mit Joghurt Dressing 25ml <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810024
<b>Sa*</b>	Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck dazu Rüben-gemüse und Stampfkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S,Sn,3</small>  4076	Kräftiger Burgunderbraten vom Rind, dazu Rosenkohl und Spätzle <small>G,G1,Ei,S,Sn,20</small>  4269	Klassischer Hühnersuppentopf <small>G,G1,Ei</small>  4621	Herzhafte Rosenkohl-Kartoffelpfanne mit einer Apfel-Zwiebel Garnitur  4560	Alaska-Seelachs in Senf-Butter-soße (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Möhren und Risi-Bisi <small>G,G1,F,M,Me,La,Sn</small>  4433	Klopse „Königsberger Art“ vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4040	Quark-Creme mit Maracuja-Soße auf Keks <small>G,G1,G3,M,Me,La,1</small> 1503 Gärtnerinsalat 60g mit Kräuter Dressing 25ml <small>M,Me,La,S,Sn</small> D810020
<b>So*</b>	Zartes Gulasch vom Rind in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Kartoffelklöße <small>Ei,M,Me,La,S</small>  4263	Gedünstetes Lachsfilet (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln <small>G,G1,F,M,Me,La,S</small>  4411	Schweineschnitzel in Rahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle <small>G,G1,Ei,M,Me,La,S</small>  4189	Kartoffelspalten mit Linsen in einer Tomaten-Gemüse-Soße <sup>5</sup>  4588	Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln  4759	Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln  4168	Himbeercreme mit Fruchtsoße auf Schokokeks <small>G,G1,M,Me,La,1</small> 1505 Rote Bete Salat D810010

Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert Salat	Kuchen Anzahl
<b>Mo</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27.10.	<input type="checkbox"/>							
<b>Di</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28.10.	<input type="checkbox"/>							
<b>Mi</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29.10.	<input type="checkbox"/>							
<b>Do</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30.10.	<input type="checkbox"/>							
<b>Fr*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Reformationstag 31.10.	<input type="checkbox"/>							
<b>Sa*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Allerheiligen 01.11.	<input type="checkbox"/>							
<b>So*</b>							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
02.11.	<input type="checkbox"/>							

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

-  = 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 Zucker(n) und Süßungsmittel(n) 20 = mit Nitritpökelsalz √ = mit Alkohol ♻ = vegetarisch ♻ = ohne Gluten It. Rezeptur ♻ = ohne Laktose It. 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

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-menuservice.de/awo-bochum  
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  
oder QR-Code scannen



Menü	1	2	3	4	5	6	Dessert	Kuchen
							Salat	Anzahl
Mo							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
03.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Di							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
04.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
05.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Do							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
06.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fr							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
07.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sa*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
08.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
So*							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
09.11.							<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Menü-angebot	1	11,05 €	2	11,85 €	3	10,85 €	4	10,35 €	5	10,55 €	6	9,65 €	Dessert 0,89 €											
	Herzhafte Menüs	Feinschmecker Menüs		Klassisch und Bekömmlich (mit Infos für Diabetiker)		Vegetarische Menüs		Tagesempfehlung		Kleine Mahlzeit		Dessert 0,89 €												
<b>Mo</b>	Zwei Kohlroutaden vom Schwein in Bratensoße mit Stampfkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S</small>		4086	Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small>		4751	Rahmgescnuzteltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S</small>		4124	Pikante Gemüsepfanne in cremiger Currysoße mit Langkornreis <small>G, G1, M, Me, La, Sn</small>		4548	Klassischer Kaiserschmarrn mit Apfel-Rosinen-Kompott <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>		4523	Geflügelfrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small>		4790	Joghurt mit Rhabarbermus auf Kekskrümeln <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	1508	Farmersalat mit Karotten, Weißkohl, Ananas <small>Ei, M, Me, La, S</small>	D810007		
<b>03.11.</b>																								
<b>Di</b>	Erbsensuppe mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein <small>S, Sn, 20, 3</small>		4606	Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S, Sn</small>		4202	Fischstäbchen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree <small>G, G1, Fi, M, Me, La</small>		4429	Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese <small>G, G1, S</small>		4552	Geflügelbratwurst in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln <small>M, Me, La, S, Sn, 3</small>		4767	Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn</small>		4553	Schokoladenmousse mit Kirschkompott <small>Sb, M, Me, La, S</small>	1504	Bohnensalat	D810013		
<b>04.11.</b>																								
<b>Mi</b>	„Himmel und Erde“ Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S, 5, 3</small>		4378	Kalbsgeschnitztes „Züricher Art“ mit Brokkoli und Kräuterspätzle <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4334	Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott <small>G, G1, Ei, M, Me, La, 10</small>		4524	Kleine Gemüserösti dazu Buttergemüse, Kartoffel-Zwiebel-Stampf und ein cremiger Dip <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se</small>		4508	Fleischklößchen vom Rind und Schwein in Soße mit Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln <small>G, G1, Ei</small>		4001	Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei“ und Spätzle <small>G, G1, Ei, S</small>		4146	Milchcreme mit Waldbeeren auf Kekskrümeln <small>G, G1, Sb, M, Me, La, S</small>	1511	Mischsalat „Pariser Art“ 30g mit Balsamico Dressing 25ml <small>Sd, 1, 3</small>	D810023		
<b>05.11.</b>																								
<b>Do</b>	Gebratene Geflügelleber in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln <small>G, G1, Sb, S</small>		4445	Seelachs in Kräutermarinade (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4407	Klopse „Königsberger Art“ aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4079	Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf mit Kartoffelwürfeln <small>G, G1, M, Me, La, S, 20</small>		4639	Schweinegulasch „Hausfrauen Art“ mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La, S, 20</small>		4164	Reibekuchen mit Apfelmus <small>G, G1, Ei</small>		4557	Apfel-Bananenmus <sup>3</sup>	1557	Hanseatensalat 35g mit Kräuter Dressing 25ml <small>M, Me, La, S, Sn</small>	D810021		
<b>06.11.</b>																								
<b>Fr</b>	Panierte Alaska-Seelachshappen (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Petersilienkartoffeln mit würzigem Dip <small>G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn</small>		4462	Schweinemedallions in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4176	Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein <small>G, G1, Ei, S</small>		4610	Käsespätzle mit Röstzwiebelgarnitur <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>		4558	Hähnchenbrust in Tomaten-Balsamico-Soße mit Gemüsereis <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4798	Bratwurst vom Schwein in Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4082	Panna cotta mit Himbeersoße auf Keks <small>G, G1, Sb, M, Me, La, Sd, 1, 3</small>	1510	Gurkensalat <sup>3</sup>	D810008		
<b>07.11.</b>																								
<b>Sa*</b>	Süßer Apfelmilchreis mit Zimt und Zucker <small>M, Me, La</small>		4539	Scholle „Finkenwerder Art“ (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln <small>G, G1, K, Fi, M, Me, La, 20</small>		4427	Hackbraten vom Rind und Schwein in Kräutersoße dazu grüne Bohnen „naturell“ und Salzkartoffeln <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4061	Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell“ und kleine Kartoffeln mit Schale <small>G, G1, Ei, M, Me, La</small>		4543	Gyrossuppe mit Schweinegeschnitzeltem <small>M, Me, La</small>		4630	Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße dazu Erbsen „naturell“ und Langkornreis <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4792	Cappuccino-Pudding mit Karamellosoße auf Biskuit <small>G, G1, Sb, M, Me, La, S</small>	1509	Rohkostsalat 40g mit Joghurt Dressing 25ml <small>M, Me, La, S, Sn</small>	D810024		
<b>08.11.</b>																								
<b>So*</b>	Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Speckklößen <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn, 20</small>		4117	Rindfleisch in Meerrettichsoße mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln <small>G, G1, M, Me, La</small>		4210	Hähnchen „Cordon bleu“ (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt), mit natürlichen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree <small>G, G1, M, Me, La, 20</small>		4770	Spinat-Käse-Strudel dazu eine Reismudelpfanne mit Gemüse „mediterrane Art“ und Tomatensoße <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4562	Zwei Rinderfrikadellen auf Kohlrabi-Rahm-Gemüse, dazu würzige Kartoffelscheiben <small>G, G1, Ei, M, Me, La, S</small>		4013	Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle <small>G, G1, Ei, S</small>		4227	Erdbeer-Zitronen-Mousse mit Biskuit <small>G, G1, M, Me, La, S</small>	1507	Feldsalat 20g mit Balsamico Dressing 25ml <small>Sd, 1, 3</small>	D810018		
<b>09.11.</b>																								

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)

\* An Wochenenden und Feiertagen berechnen wir einen Lieferzuschlag von 1,00 € 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 1,99 Euro.

= Apfelkuchen<sup>G, G1, Ei, M, Me, La</sup>  
 = Kirschkuchen<sup>10, G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sb</sup>  
 = Butterkuchen<sup>G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sf, SFl</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 SFl = 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