



AWO Essen Herzensküche



Landgericht Essen



Awoessen_Herzensküche



Mittagstisch



Jeden Tag eine frische Portion Energie!

KW 42



**Montag,
12.10.2026**

Ofenbällchen
Gemüsesoße
Bio Reis

a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i

4,20 €

**Dienstag,
13.10.2026**

Mediterranes Gemüse
Schupfnudeln

a, a1

4,20 €

**Mittwoch,
14.10.2026**

gefüllte Panzerotti
Tomatensoße
Hartkäse

a, a1, c, g, 2.

4,20 €

**Donnerstag,
15.10.2026**

Vegetarischer Bauerntopf
mit Kürbis

i

4,20 €

**Freitag,
16.10.2026**

Klare Gemüsesuppe mit
Nudeleinlage

a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i, j

4,20 €



Wikinger Topf
Kalbsfleischbällchen

a, a1, a3, c, f, g, i, j

5,50 €

Puten Carbonara
Bio Fusilli

a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i, j, m, 2., 3., 8.

5,50 €

Frische Rindfleisch
Frikadelle
Möhrenallerlei

a, a1, c, g, i, j, k

5,50 €

Schweine Schnitzel
Tagesssoße
Pommes
Salat

a, a1, c

6,50€

Bremer Fischfrikadelle
Kräuterquark
Salzkartoffeln
Brokkoli

a, a1, a2, a3, a4, L, b, c, d, f, g, i, j, n

6,50€



Jungschweinebraten
Kräuterjus
Gebratene Drillinge
Kaisergemüse

a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i, j

6,50€

Currywurst
Pommes Frites

g, i, j

5,00€

Milchreis
Heiße Kirschen

g

4,50€

Gratinierte Paprika
Kartoffelpfanne mit
Parmesan Cremesauce

c, g, i, 2.

5,00€

Zusatz Gericht beachten!!!!

Enthält Zusatzstoffe: (2.) mit Konservierungsstoff, (3.) mit Antioxidationsmittel, (8.) mit Phosphat

Enthält Allergene: (a) Glutenhaltiges Getreide und -erzeugnisse, (a1) Weizen und Weizenerzeugnisse, (a2) Roggen und Roggenerzeugnisse, (a3) Gerste und Gersteerzeugnisse, (a4) Hafer und Hafererz (b) Krebstiere und -erzeugnisse, (c) Eier und -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (j) Senf und -erzeugnisse, (k) S -erzeugnisse, (m) Lupine und -erzeugnisse, (n) Weichtiere und -erzeugnisse



Eine Liste unserer Bio-Produkte hängt aus.