AWO Essen Herzensküche

Landgericht Essen

Awoessen_Herzensküche

Mittagstisch

Jeden Tag eine frische Portion Energie!

KW 45	Montag, 02.11.2026	Dienstag, 03.11.2026	Mittwoch, 04.11.2026	Donnerstag, 05.11.2026	Freitag, 06.11.2026
Leicht & Fit	Spinat-Polenta-Taschen Tomatensoße Bio Reis	Backcamembert Blattsalate Preiselbeeren	Ofenbällchen Brokkolisahnesoße Kartoffeln	Calabrese mit Sahnepaprika Bio Penne Hartkäse	Kartoffelcreme Suppe
	a, a1, g	a, a1, g	a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i	a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i, j, m, 2.	a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i, j
	4,20 €	4,20 €	4,20 €	4,20 €	4,20 €
Herzhaft	Bauerntopf mit Hack, Bio-Tomate, Paprika und Kartoffeln	Cevapcici aus Rindfleisch Tzaziki Djuvecreis	Paella mit Gemüse, Hühnchen und Seelachs Aioli Dip	Rindergulasch Bio Fusilli Salat	Rotbarsch Rahmerbsen Salzkartoffeln
	i	a, a1, c, g, j	c, d, f	a, a1, f, j, m	a, a1, a2, a3, a4, c, d, g, i
	5,00€	5,50 €	6,50€	7,90€	6,50€
Salat	Putenrollbraten Kräuterjus Kartoffeln Gartengemüse	Hähnchen Cordon Bleu Schnittlauchsoße Kartoffelstampf Gurkensalat in Sahne	Paprika Spießbraten mit Mettfüllung Schmorzwiebeln Kroketten Salat	Tagesangebot in der Kantine beachten!	Zusatz Gericht beachten!!!!
	a, a1, a2, a3, a4, c, f, g, i, j	a, a1, a2, a3, a4, c, g, i, 2., 3., 8.	a, a1, g, j		
	6,50€	6,50€	6,50€		

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 -erzeugnisse, (d) Fisch und -erzeugnisse, (f) Soja und -erzeugnisse, (g) Milch und -erzeugnisse, (i) Sellerie und -erzeugnisse, (j) Senf und -erzeugnisse, (m) Lupine und -erzeugnisse

BIO nach EG-Öko-Verordnung

Eine Liste unserer Bio-Produkte hängt aus.