Menü SERVICE

Menü à la carte

Bestellbar ab 20. Oktober 2014

Vorsuppen 8 – 10

Hauptgerichte
– Fleischgerichte 11 – 38
– Fischgerichte 39 – 43
– Spezialitäten 44 – 46
– Gemüseküche 47 – 50
– Eintöpfe 51 – 55
– Süße Menüs 56 – 59

Übersicht Klein & Lecker 60 – 61

Desserts 62 – 65

Cremeschnitten und Kuchen 66 – 67

Für Sie zusammengestellt
– Wohlfühl-Sortimente 68 – 70
– Menü-Sortimente 71 – 73

winVitalis – für spezielle Ernährungsanforderungen 74 – 81

Hinweise zur Tiefkühlfrische 82

Zubereitung leicht gemacht
– apetito MikroFix 83 – 84
– Standard-Mikrowelle 84
– apetito Servtherm plus 85
– Haushaltsbackofen 86
– Öffnen der heißen Menüschale 86

Bestellung leicht gemacht 87

Zeichenerklärung in der Klapper-Innenseite

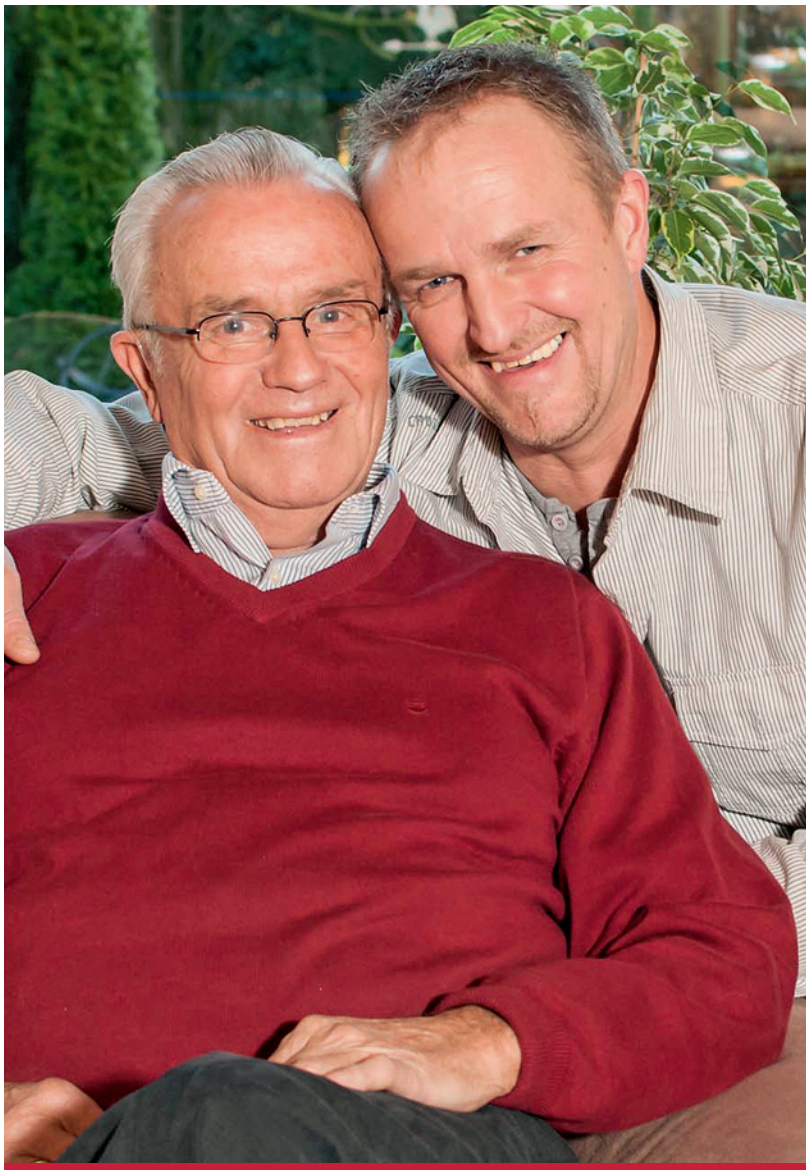
Hier können Sie ganz einfach die Bedeutung der Zeichen erkennen, die den einzelnen Menüs zugeordnet sind.

- Ideal für alle, die keine besondere Diät benötigen
- Leichte Vollkost
- Menüs mit BE-Informationen für Diabetiker

- vegetarisch
- mit Schweinefleisch
- ohne Gluten
- ohne Laktose
- mit Alkohol
- (A) mit Antioxidationsmittel
- (N) mit Nitritpökelsalz
- (S) mit Süßungsmittel(n)
- (ZS) mit Zuckerart und Süßungsmittel(n)

- nicht mikrowellengeeignet

GE Gesamteinwaage
FE Einwaage Fleisch oder Fertigfleisch/Hack/Wurst Fertigfisch inkl. Panade und/oder Füllung
1) Gewichtsverlust durch Erhitzen



„Ich bin Koch bei apetito und ich weiß, dass mein Vater mit dem Menüservice bestens versorgt ist. Und dass ihm die Menüs so gut schmecken, freut mich natürlich auch.“

Volker Poll, Koch

Meisterlich und mit viel Liebe gekocht

Ein Menü soll köstlich schmecken, abwechslungsreich und ausgewogen sein. Das ist die große Herausforderung, der sich die Köche von apetito jeden Tag aufs Neue stellen. Und deshalb stehen bei apetito nur Experten am Herd, die ihr Handwerk auch wirklich verstehen: ausgebildete Köche, Metzger, Bäcker und Konditoren.

Wir als Ihr Menüservice setzen auf die Kochkunst und Qualität von apetito, weil wir Ihnen immer nur das Beste ins Haus bringen möchten.

Fotos:
13083 Deutsches Beefsteak in kräftiger Soße mit Gärtnerinnen-Gemüse und Salzkartoffeln
13269 Kräftiger Burgunderbraten vom Rind, dazu Rosenkohl und Spätzle

Willkommen!

Seien Sie gespannt auf neue Genuss-Momente

Ob traditionell Herzhaftes, feine Verwöhn-Menüs oder leckere Kleinigkeiten und vieles mehr – wählen Sie à la carte aus einem abwechslungsreichen Angebot von über 200 apetito Menüs! Auch bei Fragen zu speziellen Kostformen und Diäten helfen wir Ihnen gerne weiter.

Dass Sie sich auf die Hochwertigkeit unserer Menüs verlassen können, beweist nicht nur die große Zahl unserer zufriedenen Kunden, sondern ebenfalls unser DLG-prämiertes Sortiment (Deutsche Landwirtschafts-Gesellschaft e.V.).

Ihre bestellten Menüs liefert Ihnen unser Menükurier direkt tiefkühlfrisch nach Hause. So können Sie immer aus einem Vorrat wählen – je nach Appetit. Bereiten Sie die Menüs einfach in der apetito MikroFix, im apetito Servtherm plus, im Backofen oder in einer Standard-Mikrowelle zu.
Ab Seite 83 finden Sie ausführliche Zubereitungsempfehlungen zu unseren Menüs.

Wo apetito die „Geschmack pur"-Zutaten einkauft

Immer dort, wo der beste Geschmack geerntet wird. Und so nachhaltig wie möglich.

Ein Großteil der Zutaten für die apetito Menüs stammt aus deutschen Regionen und aus Europa. Immer, wenn möglich, wird in der Nähe eingekauft – z. B. Rotkohl in Deutschland. Weil er viel aromatischer und knackiger schmeckt als importierter Rotkohl aus fernen Ländern.

Geschmack so gut wie noch nie

Als erster Anbieter für Mahlzeitendienste kocht apetito seit 2012 nur noch „Geschmack pur". Jedes einzelne Menü schmeckt so wunderbar vielfältig wie die natürlichen Zutaten, aus denen es zubereitet wird. So wird jedes Menü zu einem einzigartigen Geschmackserlebnis.
Die apetito Menüs werden von den Köchen in Rheine mit viel Liebe und Kochkunst meisterlich zubereitet. Bei den verwendeten Rezepturen handelt es sich um beliebte, teilweise auch regionaltypische Spezialitäten.

Qualität kennt keine Grenzen

Entdecken Sie, woher unsere Zutaten kommen und warum die Herkunft für den Geschmack so wichtig ist. www.apetito.de/zutaten

Hier beispielhaft die Zutaten für Sauerbraten.

Ernährung, die gut tut!

Initiative für gute Ernährung
Der richtige Mix fürs Wohlbefinden

Für die Erhaltung von Gesundheit und Leistungsfähigkeit ist eine gute Ernährung wichtig. Dazu gehört auch eine optimale Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen.

In der Regel kann auch mit zunehmendem Alter die empfohlene Zufuhr an lebensnotwendigen Nährstoffen mit einer ausgewogenen und vielfältigen Ernährung gedeckt werden. Unser abwechslungsreiches Menüangebot leistet dabei einen wesentlichen Beitrag im Rahmen des Mittagessens. Natürlich kann mit einer einzelnen Mahlzeit nicht der gesamte Tagesbedarf an Nährstoffen gedeckt werden. Zudem kommen Vitamine und Mineralstoffe – wie alle anderen Nährstoffe auch – in den verschiedenen Lebensmitteln in unterschiedlichen Mengen vor.

Das bedeutet: Der richtige Mahlzeiten-Mix pro Tag und Woche ist entscheidend!

Mehr Infos hierzu finden Sie in unserer Ernährungsbroschüre, Art.-Nr. 61023.

Unser Tipp:

Essen Sie abwechslungsreich, dann bekommt Ihr Körper das Gute aus vielen verschiedenen Lebensmitteln.

Probieren Sie auch unsere vielfältigen Wohlfühl-Sortimente ab Seite 68. Das sind: 7 leckere Menüs, 4 Salate und 5 Desserts in einem Paket!

Fotos:

47346 Wohlfühl-Sortiment (Seite 69)

Welche Kostform darf es für Sie sein?

Möchten Sie sich besonders bewusst ernähren oder müssen Sie eine bestimmte Diät einhalten? Bei jedem Menü haben wir für Sie die Nährwertangaben ausgewiesen. Zudem ist jedes Menü mit farbigen Punkten gekennzeichnet, welche die Kostform-eignung angeben.

Dr. Doris Becker, Leiterin der apetito Ernährungsberatung

Vollkost

Die Menüs mit dem weißen Punkt sind geeignet für alle, die keine besondere Ernährung oder Diät benötigen.

Leichte Vollkost

Die Menüs mit dem grünen Punkt sind mild gewürzt und schonend gekocht, mit Zutaten, die besonders gut verträglich sind.

Mit Informationen für Diabetiker

Eine moderne Diabeteskost entspricht einer ausgewogenen, vollwertigen Ernährung, in der auch Zucker in kleinen Mengen erlaubt ist. Die rot gekennzeichneten Menüs sind zucker-arm und enthalten höchstens 35 g Fett.

Vegetarische Menüs

Das Blättchensymbol steht für vegetarischen Genuss – ohne Fleisch, Fisch und Geflügel, aber mit Ei und/oder Milchprodukten.

Unverträglichkeiten

Personen, die an einer Lebensmittelunver-träglichkeit leiden, müssen meist auf das ursächliche Lebensmittel verzichten. Häufige Auslöser von Lebensmittelunverträglich-keiten sind z. B. Gluten oder Laktose. Die Menüs, die frei davon sind, haben wir ent-sprechend gekennzeichnet.

Weitere Kostformen

Wir helfen Ihnen bei weiteren Kostformen in Bezug auf Allergien und Unverträglichkeiten. Fragen Sie bei Bedarf einfach bei Ihrer nächsten Bestellung nach.

Wir bieten Ihnen Menülisten und Informationen, die ganz persönlich auf Ihre Ernährungsbedürfnisse abgestimmt sind, wie z. B.:

- Menüs mit Angaben zum Puringehalt
- Menüs mit Angaben zum Kalium- und Phosphorgehalt

Für spezielle Ernährungsanforderungen bieten wir Ihnen unser winVitalis-Sortiment (s. Seite 74). Sprechen Sie uns einfach an!

Die neue Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV)

Ab dem 13.12.2014 tritt EU-weit die Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) in Kraft. Diese Verordnung regelt die Kennzeichnung von Lebensmitteln, um Verbraucher umfassend zu informieren. So sieht die LMIV u. a. Nährwertinformationen, Allergenkennzeichnung sowie ein Zutatenverzeichnis vor. Künftig müssen in allen EU-Ländern auf verpackten Lebensmitteln der Energiegehalt sowie sechs Nährwerte (Fett, gesättigte Fettsäuren, Kohlenhydrate, Zucker, Eiweiß und Salz) angegeben werden. Außerdem sind bestimmte allergene Zutaten optisch hervorzuheben. apetito kennzeichnet die Nährwerte und Allergene entsprechend in den Zutatenlisten und auf dem Schalenetikett.
Weitere Informationen finden Sie unter www.apetito.de/Artikelinfo oder fragen Sie Ihren Mahlzeitendienst nach einer Zutatenliste.

So sehen Sie alles auf einen Blick

Artikel-Nummer
Wenn Sie ein Menü ausgewählt haben, tragen Sie die letzten drei Ziffern der angegebenen Artikel-Nummer bitte auf Ihrem Bestellschein ein (Bestellhinweise siehe auch Seite 87).

Deutsches Beefsteak in kräftiger Sauce
mit Gärtnerinnen-Gemüse und Salzkartoffeln

13 083

2,9 BE

GE 500 g
FE 80 g

← Kostform-Informationen

← Gesamteinwaage

← Fleischeinwaage

C Nährwerte pro Portion:
1598 kJ/382 kcal, 15,7 g Fett (davon 7,5 g gesättigte Fettsäuren), 35 g Kohlenhydrate (davon 5,1 g Zucker), 20,2 g Eiweiß, 4,92 g Salz

Hinweis:

Die „Klein & Lecker"-Menüs sind bei den Hauptgerichten mit einem roten Dreieck gekennzeichnet und in der Übersicht auf S. 60 zu finden.

Preisklasse: A, B, C, D, E, F, G
(Falls die Menüs nach Preisklassen angeboten werden.)

Nährwerte pro Menü
(Angaben gelten für eine Menüschale)

Serviervorschlag:
Bei allen Menüabbildungen in diesem Katalog handelt es sich um Serviervorschläge.

Vorsuppen

Köstlich duftend und heiß aufgetischt – mit Vorsuppen fängt das Mittagessen einladend gut an. Leicht und lecker, wecken sie die Vorfreude auf noch folgende Genüsse. Vorsuppen eignen sich aber nicht nur als geschmackvoller Auftakt einer Mittagsmahlzeit – auch als Stärkung zum Abendbrot sind sie einfach perfekt! Unsere Vorsuppen können Sie auch im praktischen 12er-Karton als Vorsuppen-Sortiment bestellen (Art.-Nr. 47205, S. 73). Fragen Sie einfach Ihren Mahlzeitendienst.

Foto: **13701** Fruchtige Tomatensuppe

Fruchtige Tomatencremesuppe

13 701

1,2 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
640 kJ/154 kcal, 9,5 g Fett (davon 4,1g gesättigte Fettsäuren), 13,9g Kohlenhydrate (davon 8,2g Zucker), 2,2g Eiweiß, 2,15g Salz, 1,2 BE

Blumenkohl-Brokkolicreme-Suppe

13 703

0,6 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
419 kJ/101 kcal, 6,2 g Fett (davon 3,1g gesättigte Fettsäuren), 7,1g Kohlenhydrate (davon 3,3g Zucker), 3,0g Eiweiß, 1,95g Salz, 0,6 BE

Schwäbische Flädlesuppe

13 705

0,3 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
352 kJ/85 kcal, 7,0 g Fett (davon 0,6g gesättigte Fettsäuren), 4,0g Kohlenhydrate (davon 0,6g Zucker), 1,4g Eiweiß, 2,45g Salz, 0,3 BE

Klassische Ochsenschwanz-suppe

13 706

0,7 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
450 kJ/108 kcal, 6,4 g Fett (davon 1,2g gesättigte Fettsäuren), 8,3g Kohlenhydrate (davon 1,2g Zucker), 3,7g Eiweiß, 2,42g Salz, 0,7 BE

Klare Festtagssuppe

13 707

0,2 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
445 kJ/107 kcal, 9,2 g Fett (davon 2,7g gesättigte Fettsäuren), 2,6g Kohlenhydrate (davon 0,8g Zucker), 3,2g Eiweiß, 2,19g Salz, 0,2 BE

Feine Frühlingssuppe mit Nudeln

13 708

0,3 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
291 kJ/70 kcal, 5,1 g Fett (davon 0,4g gesättigte Fettsäuren), 4,1g Kohlenhydrate (davon 0,6g Zucker), 1,3g Eiweiß, 2,15g Salz, 0,3 BE

Champignoncremesuppe

13711

0,8 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
498 kJ/119 kcal, 7,1 g Fett (davon 3,7g gesättigte Fettsäuren), 9,5g Kohlenhydrate (davon 4,0g Zucker), 3,7g Eiweiß, 1,77g Salz, 0,8 BE

Kartoffelcremesuppe mit Petersilie

13712

1,1 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
491 kJ/117 kcal, 5,1 g Fett (davon 2,6g gesättigte Fettsäuren), 13,1g Kohlenhydrate (davon 4,0g Zucker), 3,5g Eiweiß, 1,69g Salz, 1,1 BE

Erbsencremesuppe

13716

1,0 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
543 kJ/130 kcal, 6,0 g Fett (davon 2,8g gesättigte Fettsäuren), 11,6g Kohlenhydrate (davon 4,4g Zucker), 5,0g Eiweiß, 2,39g Salz, 1,0 BE

Brokkolicremesuppe

13718

0,7 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
560 kJ/135 kcal, 9,4 g Fett (davon 4,4g gesättigte Fettsäuren), 8,7g Kohlenhydrate (davon 3,5g Zucker), 3,1g Eiweiß, 1,62g Salz, 0,7 BE

Möhrencremesuppe

13724

0,6 BE

GE 200 g

Nährwerte pro Portion:
324 kJ/78 kcal, 4,4 g Fett (davon 2,0g gesättigte Fettsäuren), 7,2g Kohlenhydrate (davon 4,8g Zucker), 0,9g Eiweiß, 1,87g Salz, 0,6 BE

Rinderkraftbrühe mit Eierstich

13729

0,1 BE

GE 200 g

FE 5 g

Nährwerte pro Portion:
195 kJ/47 kcal, 2,9 g Fett (davon 0,5g gesättigte Fettsäuren), 1,6g Kohlenhydrate (davon 0,5g Zucker), 3,3g Eiweiß, 2,24g Salz, 0,1 BE

Herzhafte Fleischgerichte

Rind

Ob als Roulade, Gulasch oder Braten – Rindfleisch bietet vielseitige Zubereitungsmöglichkeiten. Auf Grund seines besonderen Geschmacks findet es sich in vielen klassischen Gerichten, wie z.B. dem Rheinischen Sauerbraten in Rosinensoße mit Rotkohl und köstlichen Kartoffelklößen, wieder.

Foto: **13221** Rinderroulade „Hausfrauen Art" in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln

Rinderroulade in kräftiger Bratensoße mit Wirsinggemüse, dazu Spätzle

13203

3,2 BE

GE 535 g

FE 100 g

E Nährwerte pro Portion:
1.921 kJ/458 kcal, 18,1 g Fett (davon 6,1g gesättigte Fettsäuren), 38,6g Kohlenhydrate (davon 5,6g Zucker), 32,1g Eiweiß, 5,91g Salz, 3,2 BE

Herzhafter Rindergulaschtopf

13205

2,7 BE

GE 540 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.611 kJ/384 kcal, 14,8 g Fett (davon 2,1g gesättigte Fettsäuren), 32,2g Kohlenhydrate (davon 11,3g Zucker), 26,7g Eiweiß, 6,60g Salz, 2,7 BE

Rindfleisch in Meerrettichsoße
dazu Erbsen „naturell" und Salzkartoffeln

13206

2,7 BE

GE 390 g
FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.377 kJ/328 kcal, 10,1 g Fett (davon 4,3g gesättigte Fettsäuren), 33,5g Kohlenhydrate (davon 9,8g Zucker), 20,3g Eiweiß, 3,59g Salz, 2,7 BE

Zartes Rindergulasch in Schaschlik-Soße dazu Salzkartoffeln

13209

2,8 BE

GE 370 g
FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.087 kJ/258 kcal, 5,8 g Fett (davon 1,0g gesättigte Fettsäuren), 33,8g Kohlenhydrate (davon 10,9g Zucker), 14,8g Eiweiß, 3,89g Salz, 2,8 BE

Woher kommen unsere Zutaten?

Der aromatische Rotkohl in unseren Gerichten ist immer beste Qualitätsware aus Deutschland. Unsere Kartoffeln, die Sorten Hansa und Agria, stammen aus Deutschland.

Entdecken Sie, woher unsere Zutaten kommen und warum die Herkunft für den Geschmack so wichtig ist.
www.apetito.de/zutaten

Rindfleisch in Meerrettichsoße
mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln

13210

3,6 BE

GE 490 g
FE 100 g

D Nährwerte pro Portion:
1.871 kJ/445 kcal, 13,7 g Fett (davon 5,5g gesättigte Fettsäuren), 43,0g Kohlenhydrate (davon 16,8g Zucker), 33,5g Eiweiß, 4,61g Salz, 3,6 BE

„Westfälisches Zwiebelfleisch" Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln

13211

3,3 BE

GE 460 g
FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
1.750 kJ/416 kcal, 13,8 g Fett (davon 4,0g gesättigte Fettsäuren), 39,6g Kohlenhydrate (davon 11,6g Zucker), 29,1g Eiweiß, 3,94g Salz, 3,3 BE

Zartes Rindergeschnetzeltes
mit Rotkohl und Kartoffelklößen

13219
3,4 BE
GE 390 g
FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.401 kJ/333 kcal, 10,4 g Fett (davon 2,3g gesättigte Fettsäuren), 41,2g Kohlenhydrate (davon 10,9g Zucker), 15,7g Eiweiß, 4,01g Salz, 3,4 BE

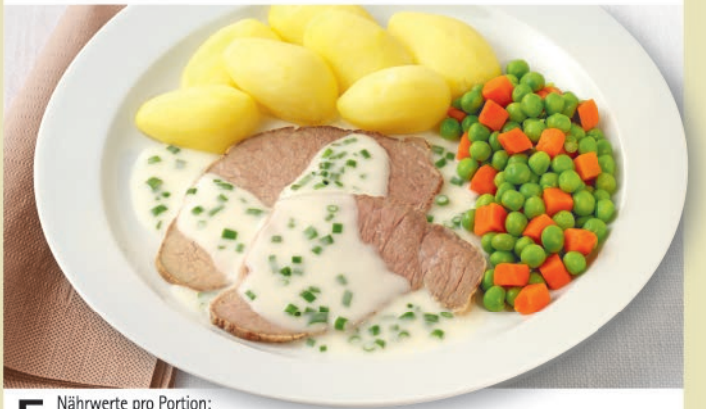
Rinderroulade „Hausfrauen Art"
in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln

13221
3,7 BE
GE 535 g
FE 100 g

E Nährwerte pro Portion:
1.917 kJ/456 kcal, 15,6 g Fett (davon 2,5g gesättigte Fettsäuren), 44,8g Kohlenhydrate (davon 15,0g Zucker), 28,8g Eiweiß, 5,86g Salz, 3,7 BE

Tafelspitz aus zartem Rindfleisch
in Schnittlauch-Rahmsoße mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln

13225
3,1 BE
GE 470 g
FE 60 g



E Nährwerte pro Portion:
1.765 kJ/421 kcal, 17,3 g Fett (davon 7,0g gesättigte Fettsäuren), 37,0g Kohlenhydrate (davon 8,4g Zucker), 24,0g Eiweiß, 4,89g Salz, 3,1 BE

Rindergulasch
mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln

13226
3,0 BE
GE 480 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.519 kJ/361 kcal, 10,2 g Fett (davon 3,7g gesättigte Fettsäuren), 35,9g Kohlenhydrate (davon 8,9g Zucker), 26,7g Eiweiß, 4,07g Salz, 3,0 BE

Sauerbraten vom Rind
in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle

13227
3,2 BE
GE 390 g
FE 40 g

C Nährwerte pro Portion:
1.419 kJ/338 kcal, 12,6 g Fett (davon 1,8g gesättigte Fettsäuren), 38,8g Kohlenhydrate (davon 14,3g Zucker), 14,8g Eiweiß, 4,10g Salz, 3,2 BE

Saftiges Rindergulasch
in Champignonsoße mit Spiralnudeln

13229
3,3 BE
GE 340 g
FE 40 g

A Nährwerte pro Portion:
1.356 kJ/322 kcal, 8,3 g Fett (davon 1,5g gesättigte Fettsäuren), 39,3g Kohlenhydrate (davon 1,5g Zucker), 20,5g Eiweiß, 3,55g Salz, 3,3 BE

Zarter Rinderbraten in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln

13231

2,2 BE

GE 380 g

FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.051 kJ/250 kcal, 7,4 g Fett (davon 2,3g gesättigte Fettsäuren), 26,6g Kohlenhydrate (davon 4,1g Zucker), 16,4g Eiweiß, 4,02g Salz, 2,2 BE

Herzhaftes Rindergeschnetzeltes „Stroganoff" mit Petersilienkartoffeln

13233

2,6 BE

GE 360 g

FE 40 g

A Nährwerte pro Portion:
1.218 kJ/290 kcal, 10,0 g Fett (davon 4,4g gesättigte Fettsäuren), 31,1g Kohlenhydrate (davon 6,0g Zucker), 15,6g Eiweiß, 3,68g Salz, 2,6 BE

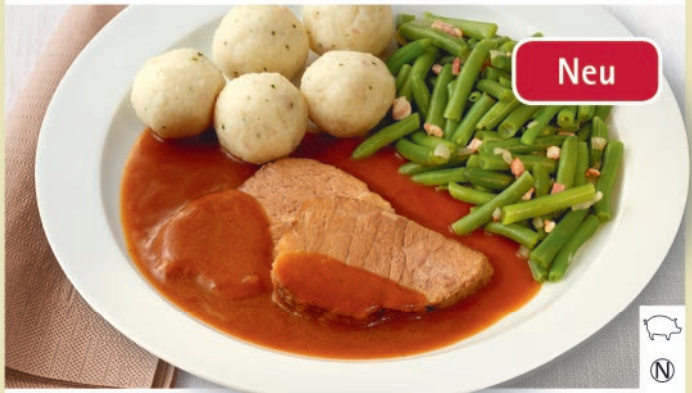
Rinderschmorbraten in kräftiger Soße mit grünen Bohnen und Speckklößen

13240

3,5 BE

GE 465 g

FE 100 g



D Nährwerte pro Portion:
2.207 kJ/527 kcal, 21,8 g Fett (davon 8,1g gesättigte Fettsäuren), 41,8g Kohlenhydrate (davon 5,9g Zucker), 36,6g Eiweiß, 4,45g Salz, 3,5 BE

Pfifferlingstopf vom Rind in Burgundersoße, dazu Pariser Karotten und Knöpflespätzle

13248

3,5 BE

GE 520 g

FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
2.115 kJ/504 kcal, 17,7 g Fett (davon 6,3g gesättigte Fettsäuren), 41,4g Kohlenhydrate (davon 5,5g Zucker), 38,0g Eiweiß, 5,22g Salz, 3,5 BE

Rindersaftgulasch in herzhafter Soße, dazu Spätzle

13249

3,5 BE

GE 480 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.581 kJ/375 kcal, 8,3 g Fett (davon 1,9g gesättigte Fettsäuren), 42,3g Kohlenhydrate (davon 4,1g Zucker), 31,0g Eiweiß, 4,72g Salz, 3,5 BE

Fränkischer Sauerbraten vom Rind in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle

13255

4,3 BE

GE 525 g

FE 100 g

F Nährwerte pro Portion:
2.133 kJ/508 kcal, 18,0 g Fett (davon 4,4g gesättigte Fettsäuren), 51,5g Kohlenhydrate (davon 19,4g Zucker), 30,9g Eiweiß, 5,71g Salz, 4,3 BE

Sie möchten mal etwas Neues ausprobieren?

Neben den bekannten Klassikern finden Sie in unserem Sortiment auch neue und verfeinerte Rezepturen. Achten Sie bitte auf folgende Symbole:

Neu – ganz neu im Sortiment

Wieder da – aufgrund hoher Nachfrage wieder im Sortiment

Verfeinerte Rezeptur – für noch mehr Geschmack mit verbesserter Rezeptur

Neue Beilage – oder neue Beilage

nicht mikrowellengeeignet

Klein & Lecker – Unsere kleinen Mahlzeiten bieten großen Genuss

Rinderbraten in Bratensoße
mit Möhren in Schlemmersoße und Stampfkartoffeln

13257

3,4 BE

GE 530 g

FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
2.169 kJ/519 kcal, 26,7 g Fett (davon 8,6g gesättigte Fettsäuren), 40,5g Kohlenhydrate (davon 8,9g Zucker), 23,9g Eiweiß, 5,92g Salz, 3,4 BE

Rheinischer Sauerbraten vom Rind
mit Rosinensoße, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße

13260

4,9 BE

GE 490 g

FE 60 g

E Nährwerte pro Portion:
1.925 kJ/458 kcal, 14,6 g Fett (davon 2,3g gesättigte Fettsäuren), 58,2g Kohlenhydrate (davon 20,7g Zucker), 18,5g Eiweiß, 5,55g Salz, 4,9 BE

Zartes Gulasch vom Rind
in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei" und Kartoffelklöße

13263

3,7 BE

GE 450 g

FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.582 kJ/376 kcal, 10,3 g Fett (davon 1,8g gesättigte Fettsäuren), 44,0g Kohlenhydrate (davon 6,1g Zucker), 22,4g Eiweiß, 4,17g Salz, 3,7 BE

Kräftiger Burgunderbraten vom Rind dazu Rosenkohl und Spätzle

13269

3,7 BE

GE 510 g
FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
2.302 kJ/549 kcal, 20,2 g Fett (davon 5,4g gesättigte Fettsäuren), 44,0g Kohlenhydrate (davon 9,5g Zucker), 40,0g Eiweiß, 4,32g Salz, 3,7 BE

Saftiger Rinderschmorbraten in dunkler Bratensoße mit Rotkohl und Kartoffelklößen

13270

4,2 BE

GE 455 g
FE 60 g

E Nährwerte pro Portion:
1.771 kJ/421 kcal, 12,8 g Fett (davon 2,9g gesättigte Fettsäuren), 50,0g Kohlenhydrate (davon 12,9g Zucker), 22,3g Eiweiß, 4,98g Salz, 4,2 BE

Schlemmergeschnetzeltes vom Rind in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln

13273

2,9 BE

GE 460 g
FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
1.726 kJ/411 kcal, 15,1 g Fett (davon 5,7g gesättigte Fettsäuren), 34,3g Kohlenhydrate (davon 5,6g Zucker), 31,0g Eiweiß, 4,34g Salz, 2,9 BE

Zartes Rindergeschnetzeltes in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln

13275

3,9 BE

GE 460 g
FE 70 g

D Nährwerte pro Portion:
1.976 kJ/471 kcal, 17,5 g Fett (davon 3,3g gesättigte Fettsäuren), 46,2g Kohlenhydrate (davon 2,9g Zucker), 29,9g Eiweiß, 3,44g Salz, 3,9 BE

Rinderleber „Berliner Art“ mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln

13282

4,4 BE

GE 480 g
FE 100 g

F Nährwerte pro Portion:
2.459 kJ/588 kcal, 28,3 g Fett (davon 5,5g gesättigte Fettsäuren), 52,8g Kohlenhydrate (davon 17,2g Zucker), 26,4g Eiweiß, 5,24g Salz, 4,4 BE

Zartes Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ mit „Hausmacher-Spätzle“

13297

3,6 BE

GE 480 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.842 kJ/438 kcal, 14,5 g Fett (davon 6,2g gesättigte Fettsäuren), 42,9g Kohlenhydrate (davon 5,5g Zucker), 31,5g Eiweiß, 4,60g Salz, 3,6 BE

Schwein

Foto: **13159** Medaillons vom Schwein in einer rosa Pfeffersoße, dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflespätzle

Gerichte mit Schweinefleisch zählen zu den Lieblingsgerichten der Deutschen. Herzhaft und deftig, kombiniert mit unterschiedlichen Gemüsesorten und leckeren Beilagen, bieten Ihnen die Gerichte ein echtes Genusserlebnis.

Gegrilltes Haxenfleisch mit Kümmelsoße dazu Bayrisch Kraut und deftige Speckklöße

13065

3,6 BE

GE 515 g

FE 100 g

D Nährwerte pro Portion:
2.376 kJ/567 kcal, 26,1 g Fett (davon 13,5g gesättigte Fettsäuren), 43,5g Kohlenhydrate (davon 8,3g Zucker), 35,9g Eiweiß, 6,64g Salz, 3,6 BE

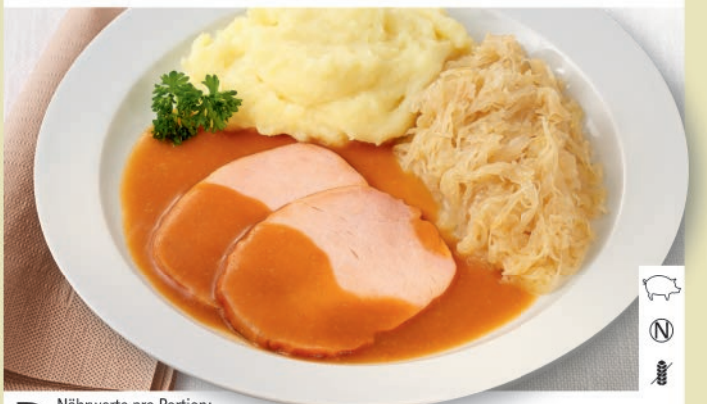
Kasselerbraten in Bratensaft mit Sauerkraut und Kartoffelpüree

13102

2,8 BE

GE 515 g

FE 80 g



D Nährwerte pro Portion:
1.905 kJ/456 kcal, 24,3 g Fett (davon 8,8g gesättigte Fettsäuren), 33,7g Kohlenhydrate (davon 5,9g Zucker), 21,3g Eiweiß, 5,94g Salz, 2,8 BE

Mini-Steaklets „Genfer Art" vom Schwein in einer Schlemmersoße mit Paprika und Spinat, dazu Erbsen „naturell" und Spätzle

13 106

3,6 BE

GE 465 g

FE 70 g

E Nährwerte pro Portion:
1.976 kJ/471 kcal, 17,0 g Fett (davon 6,2g gesättigte Fettsäuren), 43,5g Kohlenhydrate (davon 11,2g Zucker), 30,4g Eiweiß, 4,57g Salz, 3,6 BE

Deftiger Sonntagsbraten vom Schwein mit Rosenkohl und Tiroler Speckklößen

13 117

3,5 BE

GE 445 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.245 kJ/536 kcal, 23,4 g Fett (davon 8,3g gesättigte Fettsäuren), 41,5g Kohlenhydrate (davon 6,1g Zucker), 35,3g Eiweiß, 4,53g Salz, 3,5 BE

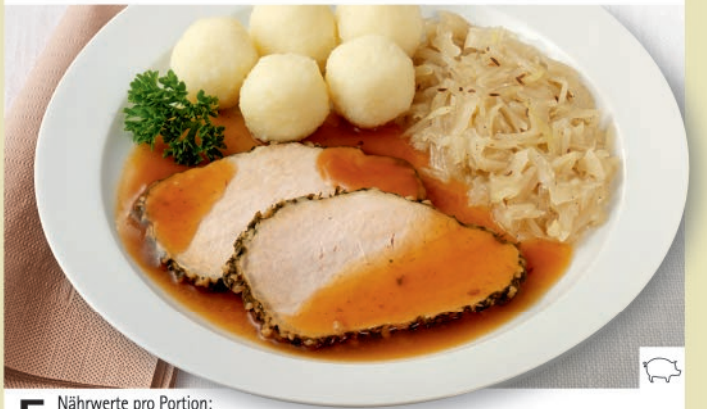
Herzhafter Krustenbraten vom Schwein in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen

13 120

3,4 BE

GE 485 g

FE 100 g



F Nährwerte pro Portion:
1.835 kJ/438 kcal, 17,3 g Fett (davon 7,2g gesättigte Fettsäuren), 41,0g Kohlenhydrate (davon 7,9g Zucker), 25,5g Eiweiß, 5,57g Salz, 3,4 BE

Rahmgeschnetzeltes vom Schwein mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln

13 124

2,9 BE

GE 460 g

FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.600 kJ/382 kcal, 16,0 g Fett (davon 4,6g gesättigte Fettsäuren), 34,3g Kohlenhydrate (davon 7,1g Zucker), 20,1g Eiweiß, 5,72g Salz, 2,9 BE

Filettöpfchen (Schweinemedaillon und Hähnchenfilets) in Feinschmeckersoße, dazu Fingermöhren und Kräuterspätzle

13 127

2,8 BE

GE 490 g

FE 90 g

G Nährwerte pro Portion:
1.867 kJ/445 kcal, 15,1 g Fett (davon 4,7g gesättigte Fettsäuren), 33,2g Kohlenhydrate (davon 7,5g Zucker), 37,9g Eiweiß, 5,78g Salz, 2,8 BE

Geschnittenes Schweinefilet im Kräutermantel in kräftiger Soße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln

13 133

2,6 BE

GE 480 g

FE 80 g

F Nährwerte pro Portion:
1.253 kJ/298 kcal, 6,7 g Fett (davon 1,4g gesättigte Fettsäuren), 31,5g Kohlenhydrate (davon 4,3g Zucker), 22,8g Eiweiß, 5,53g Salz, 2,6 BE

Gyros vom Schwein auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüsereis

13 138

4,0 BE

GE 430 g

FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
1.857 kJ/442 kcal, 15,6 g Fett (davon 1,9g gesättigte Fettsäuren), 47,4g Kohlenhydrate (davon 7,2g Zucker), 24,0g Eiweiß, 5,65g Salz, 4,0 BE

Gepökelter Schinkenbraten in Soße dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln

13 143

2,8 BE

GE 490 g

FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
1.722 kJ/411 kcal, 17,0 g Fett (davon 6,0g gesättigte Fettsäuren), 33,4g Kohlenhydrate (davon 6,0g Zucker), 26,7g Eiweiß, 6,42g Salz, 2,8 BE

Deftiges Eisbeinfleisch auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree

13 144

3,2 BE

GE 500 g

FE 100 g

E Nährwerte pro Portion:
2.325 kJ/556 kcal, 27,5 g Fett (davon 9,3g gesättigte Fettsäuren), 38,5g Kohlenhydrate (davon 7,0g Zucker), 33,8g Eiweiß, 5,48g Salz, 3,2 BE

Herzhaftes Schweinegulasch mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Spätzle

13 146

2,5 BE

GE 330 g

FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.211 kJ/288 kcal, 9,2 g Fett (davon 2,1g gesättigte Fettsäuren), 30,5g Kohlenhydrate (davon 3,7g Zucker), 17,9g Eiweiß, 3,07g Salz, 2,5 BE

Hausgemachter Schweinebraten in einer Malz-Kümmelsoße mit bayrischem Weißkohl-Gemüse und Tiroler Speckklößen

13 148

4,0 BE

GE 470 g

FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.846 kJ/440 kcal, 17,5 g Fett (davon 7,2g gesättigte Fettsäuren), 47,7g Kohlenhydrate (davon 10,8g Zucker), 19,6g Eiweiß, 6,99g Salz, 4,0 BE

Paniertes Schweineschnitzel „Jäger Art" goldgelb gebacken in Champignonsoße, dazu Frühlingsgemüse und Petersilienkartoffeln

13 153

3,6 BE

GE 460 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.755 kJ/419 kcal, 15,4 g Fett (davon 3,7g gesättigte Fettsäuren), 43,1g Kohlenhydrate (davon 8,6g Zucker), 21,0g Eiweiß, 5,27g Salz, 3,6 BE

Gefüllter Schweinebraten in Soße dazu Apfelrotkohl und Knöpflespätzle

13 154

3,7 BE

GE 460 g
FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
2.012 kJ/480 kcal, 20,4 g Fett (davon 5,6g gesättigte Fettsäuren), 44,5g Kohlenhydrate (davon 11,7g Zucker), 25,9g Eiweiß, 5,63g Salz, 3,7 BE

Schweinebraten „Altdeutsche Art" mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln

13 158

2,7 BE

GE 480 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.410 kJ/335 kcal, 9,8 g Fett (davon 3,4g gesättigte Fettsäuren), 32,7g Kohlenhydrate (davon 4,4g Zucker), 25,5g Eiweiß, 5,50g Salz, 2,7 BE

Medaillons vom Schwein in einer rosa Pfeffersoße dazu Brokkoli-Möhrengemüse und Knöpflespätzle

13 159

3,0 BE

GE 480 g
FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
1.827 kJ/435 kcal, 15,0 g Fett (davon 6,3g gesättigte Fettsäuren), 36,2g Kohlenhydrate (davon 4,8g Zucker), 33,8g Eiweiß, 4,91g Salz, 3,0 BE

Schweinegulasch „Hausfrauen Art" mit feinem Blumenkohl und Salzkartoffeln

13 164

2,8 BE

GE 480 g
FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.416 kJ/337 kcal, 11,3 g Fett (davon 4,0g gesättigte Fettsäuren), 33,8g Kohlenhydrate (davon 4,8g Zucker), 21,4g Eiweiß, 5,57g Salz, 2,8 BE

Schweinegeschnetzeltes in feiner Rahmsoße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Spiralnudeln

13 167

3,4 BE

GE 470 g
FE 80 g

F Nährwerte pro Portion:
2.035 kJ/486 kcal, 20,7 g Fett (davon 6,3g gesättigte Fettsäuren), 40,3g Kohlenhydrate (davon 5,3g Zucker), 28,8g Eiweiß, 5,36g Salz, 3,4 BE

Saftiger Schweinebraten in Bratensoße dazu Rotkohl und Salzkartoffeln

13 168
2,7 BE
GE 380 g
FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.197 kJ/285 kcal, 9,7 g Fett (davon 1,6g gesättigte Fettsäuren), 32,0g Kohlenhydrate (davon 10,7g Zucker), 13,9g Eiweiß, 4,24g Salz, 2,7 BE

Schweinebraten in herzhafter Soße dazu Möhren in Schlemmersoße und Schnittlauch-Kartoffeln

13 169
2,4 BE
GE 390 g
FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.367 kJ/326 kcal, 15,0 g Fett (davon 7,5g gesättigte Fettsäuren), 28,6g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 16,3g Eiweiß, 5,00g Salz, 2,4 BE

Gekochter Schweinebauch auf dicken Bohnen in Specksoße, dazu Salzkartoffeln

13 170
2,9 BE
GE 400 g
FE 50 g

C Nährwerte pro Portion:
1.834 kJ/438 kcal, 19,3 g Fett (davon 7,5g gesättigte Fettsäuren), 34,7g Kohlenhydrate (davon 4,6g Zucker), 25,6g Eiweiß, 4,20g Salz, 2,9 BE

Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße mit Spiralnudeln

13 174
4,5 BE
GE 400 g
FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
2.319 kJ/554 kcal, 24,8 g Fett (davon 5,3g gesättigte Fettsäuren), 54,0g Kohlenhydrate (davon 9,3g Zucker), 25,6g Eiweiß, 4,37g Salz, 4,5 BE

Zarte Schweinemedaillons in feiner Rahmsoße mit Apfelrotkohl und Spätzle

13 176
4,1 BE
GE 530 g
FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
2.185 kJ/521 kcal, 19,9 g Fett (davon 5,1g gesättigte Fettsäuren), 48,8g Kohlenhydrate (davon 15,1g Zucker), 33,0g Eiweiß, 5,36g Salz, 4,1 BE

„Manchmal erwartet mich Frau Schöpker schon an der Tür.

Ich freu' mich auf den kleinen Plausch und helfe auch gern bei der Bestellung."

Ludger Thoring, Menükurier

Schweinegulasch „Jäger Art" mit Erbsengemüse und Spätzle

13 175

3,2 BE

GE 475 g

FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.700 kJ/405 kcal, 14,7 g Fett (davon 2,9g gesättigte Fettsäuren), 38,0g Kohlenhydrate (davon 5,1g Zucker), 25,6g Eiweiß, 4,09g Salz, 3,2 BE

Klassischer Schweinebraten in Bratensoße mit bayrischem Weißkohl-Gemüse, dazu ein Serviettenknödel

13 177

2,6 BE

GE 350 g

FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.457 kJ/348 kcal, 17,1 g Fett (davon 6,7g gesättigte Fettsäuren), 31,5g Kohlenhydrate (davon 7,2g Zucker), 15,0g Eiweiß, 4,42g Salz, 2,6 BE

Schweineschnitzel „Cordon bleu" mit buntem Mischgemüse „naturell" und Kartoffelwürfeln in Käsesoße

13 182

5,6 BE

GE 510 g

FE 150 g

F Nährwerte pro Portion:
2.979 kJ/711 kcal, 31,8 g Fett (davon 9,7g gesättigte Fettsäuren), 67,2g Kohlenhydrate (davon 9,3g Zucker), 33,5g Eiweiß, 6,18g Salz, 5,6 BE

Mini-Steaklets in Feinschmecker-Soße dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln

13 183

3,0 BE

GE 455 g

FE 70 g

E Nährwerte pro Portion:
1.585 kJ/378 kcal, 13,0 g Fett (davon 3,8g gesättigte Fettsäuren), 35,8g Kohlenhydrate (davon 8,9g Zucker), 21,5g Eiweiß, 4,71g Salz, 3,0 BE

Schweineschnitzel in Rahmsoße
dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle

13 189
4,1 BE
GE 450 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.059 kJ/491 kcal, 20,2 g Fett (davon 5,2g gesättigte Fettsäuren), 49,2g Kohlenhydrate (davon 8,9g Zucker), 24,4g Eiweiß, 4,82g Salz, 4,1 BE

Zarte Schweinemedaillons in Champignonsoße mit Feinschmeckergemüse und Petersilienkartoffeln

13 190
2,6 BE
GE 460 g
FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
1.556 kJ/370 kcal, 11,2 g Fett (davon 3,9g gesättigte Fettsäuren), 31,5g Kohlenhydrate (davon 8,7g Zucker), 30,4g Eiweiß, 4,58g Salz, 2,6 BE

Paniertes Schweineschnitzel
mit Pariser Karotten, dazu Kartoffelwürfel in Kräuter-Rahmsoße

13 191
5,1 BE
GE 460 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.937 kJ/460 kcal, 14,3 g Fett (davon 3,2g gesättigte Fettsäuren), 58,4g Kohlenhydrate (davon 11,0g Zucker), 18,9g Eiweiß, 5,47g Salz, 5,1 BE

Senfkrustenbraten vom Schwein in herzhafter Soße mit Rübengemüse, dazu Spätzle

13 192
3,6 BE
GE 455 g
FE 60 g

D Nährwerte pro Portion:
1.571 kJ/374 kcal, 11,6 g Fett (davon 5,3g gesättigte Fettsäuren), 42,8g Kohlenhydrate (davon 12,0g Zucker), 21,1g Eiweiß, 5,27g Salz, 3,6 BE

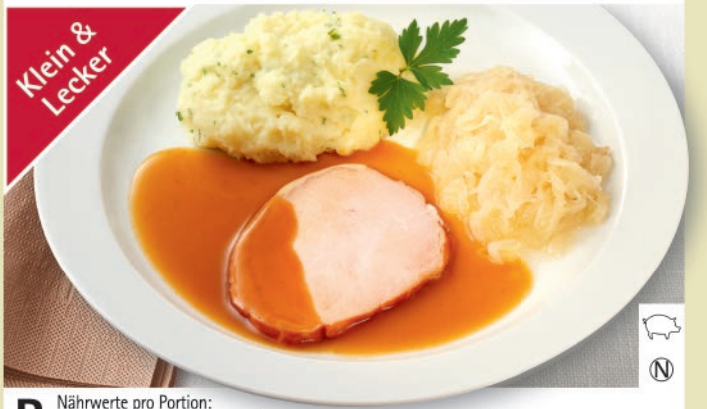
Grünkohl mit Kasseler und Räucherendchen dazu Salzkartoffeln

13 197
GE 540 g
FE 90 g

E Nährwerte pro Portion:
2.678 kJ/643 kcal, 39,0 g Fett (davon 20,2g gesättigte Fettsäuren), 40,3g Kohlenhydrate (davon 5,8g Zucker), 25,9g Eiweiß, 6,40g Salz, 3,4 BE

Saftiges Kasseler in Bratensoße
mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln

13 199
2,0 BE
GE 380 g
FE 40 g



B Nährwerte pro Portion:
1.256 kJ/301 kcal, 15,2 g Fett (davon 4,3g gesättigte Fettsäuren), 24,1g Kohlenhydrate (davon 4,3g Zucker), 12,9g Eiweiß, 4,30g Salz, 2,0 BE

Kalb, Lamm, Wild

Foto: **13310** Feiner Lammkeulenbraten „Provence" in Kräutersoße, dazu grüne Bohnen „naturell" und Rosmarinkartoffeln

Zartes Fleisch, raffinierte Rezepturen und unverwechselbar voller Geschmack – mit den Spezialitäten von Kalb, Lamm oder Wild genießen Sie Köstlichkeiten für ganz besondere Anlässe.

Feiner Lammkeulenbraten „Provence" in Kräutersoße, dazu grüne Bohnen „naturell" und Rosmarinkartoffeln

13310

3,0 BE

GE 480 g

FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
1.782 kJ/424 kcal, 13,3 g Fett (davon 3,9g gesättigte Fettsäuren), 35,7g Kohlenhydrate (davon 4,9g Zucker), 35,5g Eiweiß, 5,54g Salz, 3,0 BE

Zartes Gulasch vom Hirsch in feiner Rotweinsoße mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße

13319

6,2 BE

GE 495 g

FE 70 g

G Nährwerte pro Portion:
2.317 kJ/550 kcal, 14,3 g Fett (davon 3,0g gesättigte Fettsäuren), 74,8g Kohlenhydrate (davon 24,8g Zucker), 23,7g Eiweiß, 5,26g Salz, 6,2 BE

Kalbsragout in Weißwein-Rahmsoße dazu Pariser Karotten mit Brokkoli und Kartoffelgratin

13332
2,8 BE
GE 510 g
FE 80 g

G Nährwerte pro Portion:
2.003 kJ/480 kcal, 24,3 g Fett (davon 9,2g gesättigte Fettsäuren), 33,4g Kohlenhydrate (davon 10,7g Zucker), 24,3g Eiweiß, 5,23g Salz, 2,8 BE

Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art" mit Brokkoli und Kräuterspätzle

13334
2,9 BE
GE 495 g
FE 80 g

F Nährwerte pro Portion:
1.947 kJ/464 kcal, 17,5 g Fett (davon 5,6g gesättigte Fettsäuren), 34,4g Kohlenhydrate (davon 5,0g Zucker), 36,6g Eiweiß, 5,02g Salz, 2,9 BE

Kalbshacksteak in cremiger Weißwein-Soße dazu Wirsing-gemüse und Spätzle

13347
3,6 BE
GE 520 g
FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.156 kJ/516 kcal, 27,6 g Fett (davon 13,4g gesättigte Fettsäuren), 42,6g Kohlenhydrate (davon 6,0g Zucker), 20,1g Eiweiß, 5,85g Salz, 3,6 BE

Gesa Dannemann
Dipl. Oecotrophologin
apetito Ernährungsberatung

„Meine Empfehlung:

Genießen Sie die Vielfalt unserer Gerichte und wählen Sie, was Ihnen schmeckt.

Wechseln Sie innerhalb der Menü-Rubriken und gönnen Sie sich immer wieder mal einen Tag ohne Fleisch. In der „Gemüseküche" finden Sie leckere vegetarische Gerichte.

Klein & Lecker

Bei kleinem Appetit sind unsere „Klein & Lecker"-Menüs genau das Richtige.

Wenn Sie mal nicht selbst Ihre Menüs für eine Woche zusammenstellen möchten, wählen Sie doch einfach aus unseren Menü-Sortimenten – mit 7 Menüs für eine Woche.

Tun Sie sich was Gutes mit einem Plus an Vitaminen: Probieren Sie unsere Wohlfühl-Menü-Sortimente mit 7 leckeren Menüs, fertig kombiniert mit Salaten und Desserts."

Hack, Wurst & Co.

Foto: **13003** Frikadelle „Gutsherren Art" vom Rind und Schwein in cremiger Weißweinsoße mit Champignons, dazu Erbsen und Hörnchennudeln

Fleisch in seinen unterschiedlichen Zubereitungen, beste Zutaten und spezielle Würzmischungen – das ist das Rezept vielseitiger, köstlicher Kombinationen, die der traditionellen Küche ihren ganz besonderen Geschmack verleihen.

Fleischklößchen vom Rind und Schwein in einer Soße mit fein geschnittenen Champignons, dazu buntes Gemüse und Spiralnudeln

13001

3,1 BE

GE **445 g**
FE **75 g**

B Nährwerte pro Portion:
1.934 kJ/463 kcal, 23,8 g Fett (davon 7,2g gesättigte Fettsäuren), 37,6g Kohlenhydrate (davon 5,1g Zucker), 20,8g Eiweiß, 4,62g Salz, 3,1 BE

Hackbällchen vom Schwein und Rind in Preiselbeer-Sahne-Soße, dazu Hörnchennudeln

13002

GE **440 g**
FE **75 g**

B Nährwerte pro Portion:
2.654 kJ/636 kcal, 35,7 g Fett (davon 13,7g gesättigte Fettsäuren), 55,7g Kohlenhydrate (davon 13,8g Zucker), 20,3g Eiweiß, 5,59g Salz, 4,6 BE

Frikadelle „Gutsherren Art" vom Rind und Schwein in cremiger Weißweinsoße mit Champignons, dazu Erbsen und Hörnchennudeln

13003

4,2 BE

GE 480 g

FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
2.210 kJ/528 kcal, 23,4 g Fett (davon 8,5g gesättigte Fettsäuren), 50,6g Kohlenhydrate (davon 7,6g Zucker), 22,3g Eiweiß, 4,56g Salz, 4,2 BE

Paprikaschote mit Hackfleischfüllung vom Schwein in Tomatensoße mit Langkornreis

13016

5,7 BE

GE 540 g

FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
2.238 kJ/533 kcal, 19,6 g Fett (davon 6,6g gesättigte Fettsäuren), 67,9g Kohlenhydrate (davon 10,3g Zucker), 18,7g Eiweiß, 6,66g Salz, 5,7 BE

Herzhafte Bauernfrikadelle vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln

13018

3,5 BE

GE 510 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.315 kJ/555 kcal, 32,4 g Fett (davon 9,1g gesättigte Fettsäuren), 41,5g Kohlenhydrate (davon 10,9g Zucker), 18,1g Eiweiß, 5,98g Salz, 3,5 BE

Rostbratwürstchen „Fränkische Art" vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree

13021

GE 530 g

FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
2.768 kJ/666 kcal, 45,4 g Fett (davon 16,5g gesättigte Fettsäuren), 41,3g Kohlenhydrate (davon 7,9g Zucker), 16,7g Eiweiß, 5,93g Salz, 3,4 BE

Jägerfrikadelle vom Schwein in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln

13022

2,5 BE

GE 370 g

FE 50 g

Klein & Lecker

A Nährwerte pro Portion:
1.859 kJ/447 kcal, 28,5 g Fett (davon 8,7g gesättigte Fettsäuren), 29,8g Kohlenhydrate (davon 8,6g Zucker), 13,7g Eiweiß, 4,15g Salz, 2,5 BE

Deutsches Beefsteak mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln

13023

3,7 BE

GE 455 g

FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
1.957 kJ/467 kcal, 19,1 g Fett (davon 6,5g gesättigte Fettsäuren), 44,0g Kohlenhydrate (davon 8,5g Zucker), 25,1g Eiweiß, 4,44g Salz, 3,7 BE

Mexikanischer Hacktopf
mit Langkornreis

13028
5,9 BE
GE 540 g
FE 80 g

A Nährwerte pro Portion:
2.193 kJ/521 kcal, 12,8 g Fett (davon 4,9g gesättigte Fettsäuren), 70,3g Kohlenhydrate (davon 9,6g Zucker), 25,6g Eiweiß, 6,05g Salz, 5,9 BE

Deftige Schweinsplatte mit geschnittener Blutwurst und Schweinebauch dazu Sauerkraut mit Speck und Stampfkartoffeln mit Apfelspalten

13029
GE 510 g
FE 110 g

D Nährwerte pro Portion:
2.559 kJ/614 kcal, 39,0 g Fett (davon 14,5g gesättigte Fettsäuren), 34,9g Kohlenhydrate (davon 10,2g Zucker), 24,6g Eiweiß, 6,16g Salz, 2,9 BE

Schweinehacksteak in Rahmsoße mit buntem Pfeffer dazu Gartengemüse und Spätzle

13039
3,1 BE
GE 455 g
FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
1.831 kJ/438 kcal, 22,0 g Fett (davon 9,5g gesättigte Fettsäuren), 36,7g Kohlenhydrate (davon 6,3g Zucker), 20,0g Eiweiß, 4,58g Salz, 3,1 BE

Klopse „Königsberger Art" vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln

13040
2,8 BE
GE 340 g
FE 50 g

A Nährwerte pro Portion:
1.437 kJ/343 kcal, 16,9 g Fett (davon 5,8g gesättigte Fettsäuren), 33,4g Kohlenhydrate (davon 6,9g Zucker), 12,0g Eiweiß, 4,10g Salz, 2,8 BE

Zwei Rinderfrikadellen in herzhafter Bratensoße mit Porreegemüse und Petersilienkartoffeln

13044
3,1 BE
GE 530 g
FE 100 g

C Nährwerte pro Portion:
2.220 kJ/533 kcal, 32,0 g Fett (davon 13,1g gesättigte Fettsäuren), 36,8g Kohlenhydrate (davon 7,5g Zucker), 19,1g Eiweiß, 5,96g Salz, 3,1 BE

Herzhafte Metzger-Frikadelle vom Schwein in Pfeffersoße mit grünen Bohnen und Spiralnudeln

13052
3,8 BE
GE 465 g
FE 100 g

C Nährwerte pro Portion:
2.160 kJ/516 kcal, 24,8 g Fett (davon 8,6g gesättigte Fettsäuren), 45,2g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 24,2g Eiweiß, 5,18g Salz, 3,8 BE

Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in einer Bratensoße mit Rüben-Gemüse, dazu Kartoffeln

13053
4,3 BE
GE 515 g
FE 75 g

A Nährwerte pro Portion:
2.023 kJ/483 kcal, 20,3 g Fett (davon 9,4g gesättigte Fettsäuren), 51,8g Kohlenhydrate (davon 14,3g Zucker), 18,2g Eiweiß, 6,33g Salz, 4,3 BE

Schlachtplatte (Leberkloß, Blutwurst und Eisbeinfleisch) auf dicken Bohnen mit Specksoße, dazu Stampfkartoffeln

13059
3,4 BE
GE 510 g
FE 90 g

E Nährwerte pro Portion:
2.599 kJ/622 kcal, 31,7 g Fett (davon 10,4g gesättigte Fettsäuren), 40,3g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 36,7g Eiweiß, 5,81g Salz, 3,4 BE

Zehn Ernährungsempfehlungen für Senioren:

1. Bedarfsgerechte Kalorienzufuhr
2. Aufnahme lebensnotwendiger Nährstoffe
3. Ausreichend Calcium
4. Ausreichend Ballaststoffe
5. Vielseitige und abwechslungsreiche Lebensmittelauswahl
6. Regelmäßig essen
7. Ausreichend trinken
8. Nährstoffschonend zubereiten
9. Geschmackvoll würzen
10. Sich bewegen bringt Segen!

Guten Appetit.

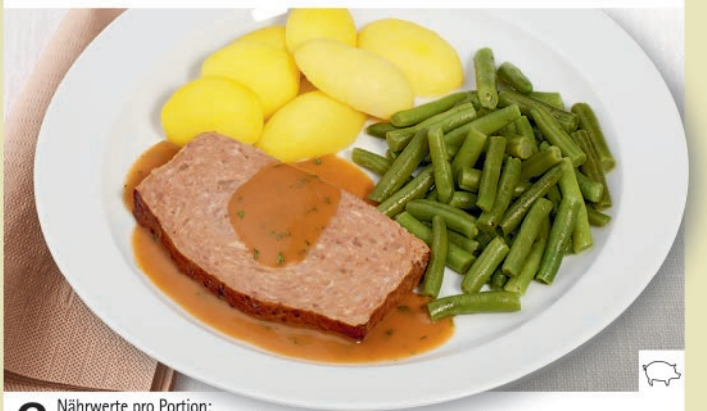
Hausgemachte Wirsingroulade in Bratensoße dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Petersilienkartoffeln

13060
2,4 BE
GE 390 g
FE 70 g

B Nährwerte pro Portion:
1.405 kJ/337 kcal, 18,4 g Fett (davon 7,7g gesättigte Fettsäuren), 28,7g Kohlenhydrate (davon 5,4g Zucker), 10,5g Eiweiß, 4,74g Salz, 2,4 BE

Hackbraten in Kräutersoße dazu grüne Bohnen „naturell" und Salzkartoffeln

13061
3,5 BE
GE 450 g
FE 100 g



C Nährwerte pro Portion:
1.954 kJ/467 kcal, 22,5 g Fett (davon 8,7g gesättigte Fettsäuren), 41,9g Kohlenhydrate (davon 8,1g Zucker), 19,9g Eiweiß, 4,52g Salz, 3,5 BE

Feine Bratwurst vom Schwein in Soße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln

13069

GE 500 g
FE 90 g

C Nährwerte pro Portion:
2.444 kJ/588 kcal, 41,4 g Fett (davon 14,5g gesättigte Fettsäuren), 32,1g Kohlenhydrate (davon 5,2g Zucker), 17,1g Eiweiß, 5,74g Salz, 2,7 BE

Traditionell zubereitete Leberklöße auf herzhaftem Sauerkraut mit Stampfkartoffeln

13074

GE 530 g
FE 80 g

A Nährwerte pro Portion:
2.368 kJ/568 kcal, 35,3 g Fett (davon 12,1g gesättigte Fettsäuren), 37,3g Kohlenhydrate (davon 7,4g Zucker), 18,0g Eiweiß, 5,72g Salz, 3,1 BE

Grillschnecke vom Schwein in dunkler Soße mit Speck dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln

13076

GE 480 g
FE 100 g

C Nährwerte pro Portion:
2.456 kJ/590 kcal, 40,0 g Fett (davon 15,0g gesättigte Fettsäuren), 33,3g Kohlenhydrate (davon 11,6g Zucker), 20,1g Eiweiß, 5,45g Salz, 2,8 BE

Klopse „Königsberger Art" aus Rind- und Schweinefleisch dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln

13079

4,0 BE

GE 500 g
FE 100 g

B Nährwerte pro Portion:
2.113 kJ/505 kcal, 24,1 g Fett (davon 8,7g gesättigte Fettsäuren), 48,3g Kohlenhydrate (davon 18,8g Zucker), 20,1g Eiweiß, 4,85g Salz, 4,0 BE

So fängt jede Mittagsmahlzeit einladend köstlich an ...

... mit unseren abwechslungsreichen Vorsuppen (im Katalog ab Seite 8).

Zwei Rinderfrikadellen in dunkler Bratensoße mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree

13080

4,0 BE

GE 520 g
FE 100 g

A Nährwerte pro Portion:
2.458 kJ/589 kcal, 34,9 g Fett (davon 11,8g gesättigte Fettsäuren), 47,6g Kohlenhydrate (davon 15,5g Zucker), 17,7g Eiweiß, 5,68g Salz, 4,0 BE

Herzhafte Mini-Frikadellen vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße, dazu bayrisches Weißkohl-Gemüse und Stampfkartoffeln

13081

GE 540 g
FE 70 g

A Nährwerte pro Portion:
2.468 kJ/592 kcal, 35,8 g Fett (davon 10,4g gesättigte Fettsäuren), 45,7g Kohlenhydrate (davon 11,9g Zucker), 16,7g Eiweiß, 6,32g Salz, 3,8 BE

Feine Bratwurst vom Schwein in dunkler Soße mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Stampfkartoffeln

13082

1,9 BE

GE 400 g
FE 70 g

A Nährwerte pro Portion:
1.843 kJ/443 kcal, 31,9 g Fett (davon 10,1g gesättigte Fettsäuren), 23,3g Kohlenhydrate (davon 4,2g Zucker), 12,8g Eiweiß, 4,48g Salz, 1,9 BE

Deutsches Beefsteak in kräftiger Soße mit Gärtnerinnen-Gemüse und Salzkartoffeln

13083

2,9 BE

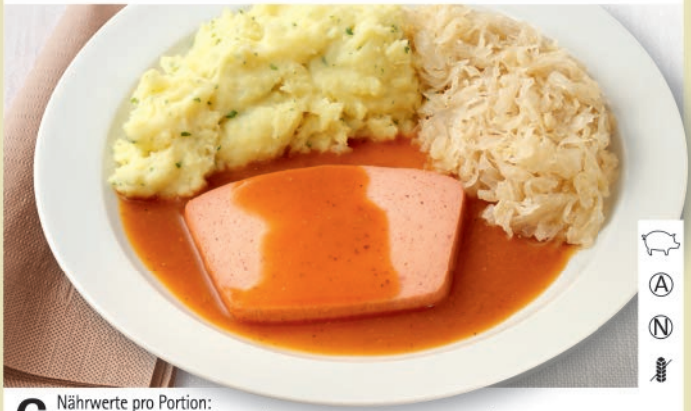
GE 500 g
FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
1.598 kJ/382 kcal, 15,7 g Fett (davon 7,5g gesättigte Fettsäuren), 35,0g Kohlenhydrate (davon 5,1g Zucker), 20,2g Eiweiß, 4,92g Salz, 2,9 BE

Klassischer Leberkäse vom Rind und Schwein mit kräftiger Bratensoße, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln

13085

GE 555 g
FE 80 g



C Nährwerte pro Portion:
2.668 kJ/642 kcal, 45,0 g Fett (davon 14,8g gesättigte Fettsäuren), 37,3g Kohlenhydrate (davon 10,0g Zucker), 15,9g Eiweiß, 6,65g Salz, 3,1 BE

Zwei saftige Kohlrouladen vom Schwein in Bratensoße, dazu Stampfkartoffeln mit Petersilie verfeinert

13086

GE 530 g
FE 150 g

D Nährwerte pro Portion:
2.424 kJ/582 kcal, 36,2 g Fett (davon 13,0g gesättigte Fettsäuren), 40,1g Kohlenhydrate (davon 6,4g Zucker), 19,7g Eiweiß, 4,68g Salz, 3,3 BE

Currywurst vom Schwein
mit Kartoffelspalten

13088

GE 430 g
FE 100 g

B Nährwerte pro Portion:
3.118 kJ/746 kcal, 40,0 g Fett (davon 15,9g gesättigte Fettsäuren), 71,6g Kohlenhydrate (davon 29,7g Zucker), 19,7g Eiweiß, 6,58g Salz, 6,0 BE

Hausgemachte Rinderfrikadelle
in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln

13097

2,4 BE

GE 380 g
FE 50 g

A Nährwerte pro Portion:
1.474 kJ/353 kcal, 19,4 g Fett (davon 7,3g gesättigte Fettsäuren), 29,2g Kohlenhydrate (davon 3,2g Zucker), 11,9g Eiweiß, 3,83g Salz, 2,4 BE

Frikadelle vom Rind und Schwein in Champignon-Rahmsoße
mit Gartengemüse und Salzkartoffeln

13098

3,5 BE

GE 500 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
1.943 kJ/465 kcal, 22,7 g Fett (davon 8,6g gesättigte Fettsäuren), 42,0g Kohlenhydrate (davon 10,3g Zucker), 17,4g Eiweiß, 5,34g Salz, 3,5 BE

Schweinehacksteak in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen „naturell" und Kartoffelklöße

13099

3,4 BE

GE 400 g
FE 80 g

A Nährwerte pro Portion:
1.720 kJ/411 kcal, 18,4 g Fett (davon 7,6g gesättigte Fettsäuren), 40,3g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 17,2g Eiweiß, 3,73g Salz, 3,4 BE

Schwäbisches Linsengericht
mit Saitenwürstchen vom Schwein und Spätzle

13365

5,8 BE

GE 540 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
2.950 kJ/704 kcal, 30,8 g Fett (davon 11,2g gesättigte Fettsäuren), 69,3g Kohlenhydrate (davon 6,0g Zucker), 33,9g Eiweiß, 5,00g Salz, 5,8 BE

„Himmel und Erde" Stampfkartoffeln mit Apfelspalten, dazu Rinderbratwurst, Rinderfrikadelle und Mettbällchen vom Schwein

13378

3,6 BE

GE 500 g
FE 115 g

B Nährwerte pro Portion:
2.393 kJ/573 kcal, 33,1 g Fett (davon 12,3g gesättigte Fettsäuren), 43,6g Kohlenhydrate (davon 9,6g Zucker), 21,0g Eiweiß, 5,70g Salz, 3,6 BE

Geflügel

Foto: **13400** Zarte Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüsereis

Geflügel erfreut sich großer Beliebtheit in der modernen Küche. Grund dafür ist sicherlich auch die im Vergleich zu anderen Fleischsorten geringe Kalorienzahl. Darüber hinaus ist Geflügel aber ebenfalls reich an hochwertigem Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen.

Geschnittene Entenbrust in Rotwein-Balsamicosoße, dazu Fingermöhren „naturell" und Kartoffelklöße

13308

4,2 BE

GE 485 g

FE 100 g

G Nährwerte pro Portion:
1.834 kJ/436 kcal, 11,8 g Fett (davon 5,2g gesättigte Fettsäuren), 50,4g Kohlenhydrate (davon 12,5g Zucker), 27,5g Eiweiß, 5,26g Salz, 4,2 BE

Zarte Hähnchenbrust
in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüsereis

13400

5,5 BE

GE 540 g

FE 100 g

D Nährwerte pro Portion:
2.276 kJ/541 kcal, 16,8 g Fett (davon 6,3g gesättigte Fettsäuren), 65,8g Kohlenhydrate (davon 16,5g Zucker), 29,5g Eiweiß, 6,01g Salz, 5,5 BE

Gebratene Geflügelleber
in Apfel-Zwiebel-Soße mit Rotkohl und Salzkartoffeln

13445
4,3 BE
GE 555 g
FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
2.063 kJ/491 kcal, 17,3 g Fett (davon 3,7g gesättigte Fettsäuren), 51,3g Kohlenhydrate (davon 20,5g Zucker), 27,5g Eiweiß, 5,98g Salz, 4,3 BE

Zarte Hähnchenfilets in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln

13458
2,7 BE
GE 440 g
FE 60 g

C Nährwerte pro Portion:
1.330 kJ/317 kcal, 10,0 g Fett (davon 2,0g gesättigte Fettsäuren), 32,7g Kohlenhydrate (davon 5,5g Zucker), 19,1g Eiweiß, 4,83g Salz, 2,7 BE

Bunte Geflügelpfanne
mit Paprika und Champignons, dazu Spätzle

13732
3,5 BE
GE 455 g
FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
1.827 kJ/435 kcal, 16,9 g Fett (davon 7,2g gesättigte Fettsäuren), 42,0g Kohlenhydrate (davon 6,8g Zucker), 26,7g Eiweiß, 4,57g Salz, 3,5 BE

Gebratene Geflügelfleischbällchen in Soße mit Rüben-Gemüse und Salzkartoffeln

13734
3,8 BE
GE 500 g
FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
1.848 kJ/441 kcal, 18,9 g Fett (davon 5,9g gesättigte Fettsäuren), 45,1g Kohlenhydrate (davon 13,1g Zucker), 18,0g Eiweiß, 5,72g Salz, 3,8 BE

Zarter Putenbraten im Kräutermantel in Soße dazu Fingermöhren und Spätzle

13740
3,1 BE
GE 455 g
FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
1.448 kJ/344 kcal, 9,6 g Fett (davon 2,3g gesättigte Fettsäuren), 36,7g Kohlenhydrate (davon 6,9g Zucker), 25,0g Eiweiß, 4,54g Salz, 3,1 BE

Hähnchenfilets in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüse-Reis

13744
2,8 BE
GE 390 g
FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.440 kJ/344 kcal, 15,3 g Fett (davon 8,1g gesättigte Fettsäuren), 34,1g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 15,0g Eiweiß, 4,46g Salz, 2,8 BE

Feines Hühnerfrikassee „Frühlings Art" mit Langkornreis

13745

4,0 BE

GE 460 g

FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
2.067 kJ/492 kcal, 17,6 g Fett (davon 7,2g gesättigte Fettsäuren), 48,1g Kohlenhydrate (davon 4,2g Zucker), 33,9g Eiweiß, 3,89g Salz, 4,0 BE

Goldgelb panierte Hähnchen-Happen (aus Hähnchenbrust-Formfleisch), dazu Erbsen und Möhren in Soße à la Hollandaise und Kartoffelpüree

13747

4,4 BE

GE 450 g

FE 100 g

B Nährwerte pro Portion:
2.523 kJ/604 kcal, 31,5 g Fett (davon 12,3g gesättigte Fettsäuren), 52,2g Kohlenhydrate (davon 11,4g Zucker), 23,3g Eiweiß, 4,30g Salz, 4,4 BE

Putengeschnetzeltes in Rahmsoße mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle"

13748

3,6 BE

GE 510 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.029 kJ/483 kcal, 18,7 g Fett (davon 7,3g gesättigte Fettsäuren), 43,4g Kohlenhydrate (davon 7,6g Zucker), 32,9g Eiweiß, 6,55g Salz, 3,6 BE

Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln

13751

2,9 BE

GE 450 g

FE 90 g

F Nährwerte pro Portion:
1.714 kJ/409 kcal, 16,8 g Fett (davon 8,0g gesättigte Fettsäuren), 35,2g Kohlenhydrate (davon 11,2g Zucker), 24,9g Eiweiß, 4,49g Salz, 2,9 BE

Vitamin K

ist für die Blutgerinnung verantwortlich und am Aufbau des Knochensystems beteiligt. Außerdem unterstützt es den Stoffwechsel von Bindegewebe und Nieren.

Besonders enthalten in Geflügel und grünem Gemüse, wie z. B. Kohl, Spinat und Brokkoli

Hähnchenoberkeule in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell" und Gabelspaghetti

13 756

2,9 BE

GE 410 g

FE 70 g

C Nährwerte pro Portion:
1.831 kJ/438 kcal, 21,3 g Fett (davon 6,0g gesättigte Fettsäuren), 34,8g Kohlenhydrate (davon 7,1g Zucker), 23,0g Eiweiß, 3,77g Salz, 2,9 BE

Zarte Hähnchenfilets in Kräuter-Sauerrahmsoße dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln

13 758

3,3 BE

GE 470 g

FE 80 g

E Nährwerte pro Portion:
1.777 kJ/424 kcal, 15,8 g Fett (davon 8,1g gesättigte Fettsäuren), 39,5g Kohlenhydrate (davon 12,4g Zucker), 25,7g Eiweiß, 4,71g Salz, 3,3 BE

Putenschnitzel mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße

13 761

4,7 BE

GE 460 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.118 kJ/505 kcal, 18,8 g Fett (davon 4,5g gesättigte Fettsäuren), 55,8g Kohlenhydrate (davon 11,6g Zucker), 22,1g Eiweiß, 5,60g Salz, 4,7 BE

Gebratene Geflügelfleischbällchen in herzhafter Brokkoli-Rahmsoße mit Spiralnudeln

13 764

4,0 BE

GE 360 g

FE 50 g

A Nährwerte pro Portion:
1.704 kJ/406 kcal, 14,1 g Fett (davon 5,2g gesättigte Fettsäuren), 47,6g Kohlenhydrate (davon 4,5g Zucker), 19,6g Eiweiß, 4,56g Salz, 4,0 BE

Geflügelbratwurst in herzhafter Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln

13 767

2,9 BE

GE 510 g

FE 80 g

C Nährwerte pro Portion:
1.873 kJ/449 kcal, 25,7 g Fett (davon 8,1g gesättigte Fettsäuren), 34,2g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 16,3g Eiweiß, 5,82g Salz, 2,9 BE

Geflügelfrikadellen in Soße mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln

13 768

3,1 BE

GE 515 g

FE 100 g

C Nährwerte pro Portion:
2.006 kJ/480 kcal, 25,1 g Fett (davon 7,0g gesättigte Fettsäuren), 36,6g Kohlenhydrate (davon 6,5g Zucker), 21,9g Eiweiß, 5,57g Salz, 3,1 BE

Hähnchen „Cordon bleu" aus Hähnchenbrust-Formfleisch, mit naturellen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree

13 770

4,0 BE

GE 480 g
FE 110 g

F Nährwerte pro Portion:
2.362 kJ/564 kcal, 26,2 g Fett (davon 5,7g gesättigte Fettsäuren), 48,2g Kohlenhydrate (davon 15,7g Zucker), 27,5g Eiweiß, 6,19g Salz, 4,0 BE

Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art" in einer feinen Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Salzkartoffeln

13 779

2,8 BE

GE 480 g
FE 140 g

E Nährwerte pro Portion:
2.300 kJ/550 kcal, 28,4 g Fett (davon 10,5g gesättigte Fettsäuren), 33,9g Kohlenhydrate (davon 6,3g Zucker), 35,6g Eiweiß, 4,16g Salz, 2,8 BE

Hähnchenfilets „Gärtnerin Art" in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis

13 780

3,7 BE

GE 425 g
FE 80 g

A Nährwerte pro Portion:
1.660 kJ/394 kcal, 11,3 g Fett (davon 4,7g gesättigte Fettsäuren), 44,2g Kohlenhydrate (davon 3,4g Zucker), 27,9g Eiweiß, 4,25g Salz, 3,7 BE

Zwei knusprige Hähnchenoberkeulen in Champignon-Paprikasoße, dazu Erbsen und Gabelspaghetti

13 786

3,5 BE

GE 500 g
FE 140 g

E Nährwerte pro Portion:
2.597 kJ/621 kcal, 30,9 g Fett (davon 9,7g gesättigte Fettsäuren), 41,4g Kohlenhydrate (davon 8,3g Zucker), 39,3g Eiweiß, 5,06g Salz, 3,5 BE

Geflügelfrikadelle in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree

13 790

2,4 BE

GE 370 g
FE 50 g

A Nährwerte pro Portion:
1.469 kJ/352 kcal, 20,2 g Fett (davon 5,4g gesättigte Fettsäuren), 28,5g Kohlenhydrate (davon 4,1g Zucker), 11,6g Eiweiß, 3,90g Salz, 2,4 BE

Zwei Hähnchenoberkeulen in feiner Rotweinsoße, dazu Salzkartoffeln

13 791

GE 500 g
FE 140 g

E Nährwerte pro Portion:
2.670 kJ/639 kcal, 31,9 g Fett (davon 10,3g gesättigte Fettsäuren), 41,7g Kohlenhydrate (davon 11,1g Zucker), 35,4g Eiweiß, 5,70g Salz, 3,5 BE

Zartes Huhnfleisch in Champignonsoße dazu Erbsen „naturell" und Langkornreis

13792

3,3 BE

GE 390 g

FE 40 g

A Nährwerte pro Portion:
1.435 kJ/341 kcal, 8,6 g Fett (davon 1,5g gesättigte Fettsäuren), 39,1g Kohlenhydrate (davon 7,4g Zucker), 22,7g Eiweiß, 3,66g Salz, 3,3 BE

Hähnchengeschnetzeltes in Weißwein-Rahmsoße dazu Gemüsevariation und Petersilienkartoffeln

13793

3,1 BE

GE 490 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
2.082 kJ/497 kcal, 21,9 g Fett (davon 6,4g gesättigte Fettsäuren), 37,6g Kohlenhydrate (davon 8,0g Zucker), 29,1g Eiweiß, 4,43g Salz, 3,1 BE

Ente „asiatisch" in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis

13794

GE 515 g

FE 100 g

F Nährwerte pro Portion:
2.325 kJ/549 kcal, 6,2 g Fett (davon 2,1g gesättigte Fettsäuren), 84,3g Kohlenhydrate (davon 29,9g Zucker), 36,8g Eiweiß, 6,33g Salz, 7,0 BE

Hühnerfrikassee mit feinem Spargel dazu bunter Gemüse-Reis

13797

3,3 BE

GE 380 g

FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.718 kJ/410 kcal, 17,5 g Fett (davon 7,9g gesättigte Fettsäuren), 39,0g Kohlenhydrate (davon 5,6g Zucker), 21,2g Eiweiß, 3,84g Salz, 3,3 BE

Hähnchenbrust in fruchtiger Tomaten-Balsamico-Soße, dazu Gemüse-Reis

13798

3,9 BE

GE 455 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.504 kJ/356 kcal, 6,3 g Fett (davon 1,2g gesättigte Fettsäuren), 46,4g Kohlenhydrate (davon 7,7g Zucker), 25,4g Eiweiß, 5,04g Salz, 3,9 BE

Zarte Hähnchenbrust auf buntem Paprikagemüse, dazu geschnittene Kräuter-Kartoffeln

13799

4,0 BE

GE 440 g

FE 80 g

D Nährwerte pro Portion:
1.972 kJ/470 kcal, 17,6 g Fett (davon 4,6g gesättigte Fettsäuren), 48,1g Kohlenhydrate (davon 9,7g Zucker), 25,1g Eiweiß, 3,98g Salz, 4,0 BE

Beliebte Fischgerichte

Lachs, Scholle oder Kabeljau – Fisch ist vielseitig, schmeckt lecker und eignet sich perfekt für eine ausgewogene Ernährung. Er versorgt den Körper optimal mit wertvollen Fettsäuren, Vitaminen und Mineralstoffen wie z. B. Eisen. Entdecken Sie die großartige maritime Auswahl an Fischgerichten!

Foto: **13455** Lachsfilet in feiner Buttersoße mit Brokkoli und einer Reis-Wildreis-kombination

Seelachsfilet in einer mediterranen Tomatensoße mit Grill-Gemüse dazu Kartoffelwürfel

13406

4,4 BE

GE 520 g

FE 120 g [1]

E Nährwerte pro Portion:
1.573 kJ/372 kcal, 5,1 g Fett (davon 1,1g gesättigte Fettsäuren), 52,2g Kohlenhydrate (davon 9,8g Zucker), 25,2g Eiweiß, 5,31g Salz, 4,4 BE

Ei & Meer – Rührei mit Garnelen dazu kleine Kartoffeln mit Schale und Dipp

13408

3,5 BE

GE 430 g

FE 22 g [1]

C Nährwerte pro Portion:
2.312 kJ/553 kcal, 30,0 g Fett (davon 8,1g gesättigte Fettsäuren), 41,5g Kohlenhydrate (davon 11,4g Zucker), 27,4g Eiweiß, 4,74g Salz, 3,5 BE

Gedünstetes Lachsfilet in Gurken-Rahmsoße dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln

13411

2,8 BE

GE 520 g

FE 80 g [1]

E Nährwerte pro Portion:
2.088 kJ/500 kcal, 27,0 g Fett (davon 10,7g gesättigte Fettsäuren), 34,1g Kohlenhydrate (davon 8,7g Zucker), 25,0g Eiweiß, 4,71g Salz, 2,8 BE

Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs mit Fingermöhren und Stampfkartoffeln

13421

3,3 BE

GE 380 g

FE 100 g [1]

E Nährwerte pro Portion:
1.655 kJ/395 kcal, 17,6 g Fett (davon 3,0g gesättigte Fettsäuren), 39,1g Kohlenhydrate (davon 7,5g Zucker), 15,9g Eiweiß, 2,97g Salz, 3,3 BE

Panierter Alaska-Seelachs mit Erbsen und Möhren in Buttersoße, dazu Kartoffelwürfel

13422

3,1 BE

GE 455 g

FE 175 g [1]

E Nährwerte pro Portion:
2.286 kJ/549 kcal, 35,1 g Fett (davon 10,7g gesättigte Fettsäuren), 36,6g Kohlenhydrate (davon 10,5g Zucker), 16,9g Eiweiß, 5,10g Salz, 3,1 BE

Schlemmerfilet „Florentin" vom Alaska-Seelachs (aus Filetblöcken portioniert) mit einer Spinat-Käse-Auflage, dazu bunte Gemüsemischung und Rahmkartoffeln

13424

2,7 BE

GE 520 g

FE 180 g [1]

E Nährwerte pro Portion:
2.145 kJ/514 kcal, 27,7 g Fett (davon 10,2g gesättigte Fettsäuren), 32,4g Kohlenhydrate (davon 6,2g Zucker), 27,6g Eiweiß, 5,07g Salz, 2,7 BE

Scholle „Finkenwerder Art"
garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln

13427
4,4 BE
GE 410 g
FE 138 g[1]

E Nährwerte pro Portion:
2.315 kJ/553 kcal, 27,4 g Fett (davon 6,0g gesättigte Fettsäuren), 53,3g Kohlenhydrate (davon 3,6g Zucker), 20,7g Eiweiß, 3,49g Salz, 4,4 BE

Schellfischfilet in Senf-Kräuter-Soße mit einer Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse

13428
5,4 BE
GE 470 g
FE 100 g[1]

F Nährwerte pro Portion:
1.969 kJ/467 kcal, 10,4 g Fett (davon 2,4g gesättigte Fettsäuren), 65,0g Kohlenhydrate (davon 4,5g Zucker), 26,5g Eiweiß, 4,48g Salz, 5,4 BE

Gebackene Fischstäbchen
mit Rahmspinat und Kartoffelpüree

13429
4,0 BE
GE 460 g
FE 120 g[1]

C Nährwerte pro Portion:
2.354 kJ/563 kcal, 30,0 g Fett (davon 6,2g gesättigte Fettsäuren), 48,2g Kohlenhydrate (davon 5,0g Zucker), 20,8g Eiweiß, 4,21g Salz, 4,0 BE

Panierte Fischstäbchen
mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree

13430
3,7 BE
GE 390 g
FE 60 g[1]

B Nährwerte pro Portion:
1.713 kJ/409 kcal, 18,0 g Fett (davon 3,1g gesättigte Fettsäuren), 44,3g Kohlenhydrate (davon 5,8g Zucker), 13,2g Eiweiß, 3,67g Salz, 3,7 BE

Alaska-Seelachs in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi

13433
4,5 BE
GE 500 g
FE 80 g[1]

E Nährwerte pro Portion:
1.991 kJ/474 kcal, 17,5 g Fett (davon 8,3g gesättigte Fettsäuren), 54,3g Kohlenhydrate (davon 11,0g Zucker), 21,4g Eiweiß, 4,85g Salz, 4,5 BE

Geschmackvoller kann eine Mittagsmahlzeit nicht ausklingen – mit unserem Dessert-Sortiment (im Katalog ab Seite 62).

Schellfischfilet in Weißwein-Buttersoße dazu Möhren und Salzkartoffeln

13437

3,3 BE

GE 500 g
FE 100 g [1]

F Nährwerte pro Portion:
1.967 kJ/470 kcal, 21,8 g Fett (davon 12,3g gesättigte Fettsäuren), 40,0g Kohlenhydrate (davon 12,5g Zucker), 22,6g Eiweiß, 4,11g Salz, 3,3 BE

Lachsfilet in feiner Buttersoße mit Brokkoli und einer Reis-Wildreiskombination

13455

3,2 BE

GE 470 g
FE 125 g [1]

G Nährwerte pro Portion:
2.349 kJ/562 kcal, 28,3 g Fett (davon 14,6g gesättigte Fettsäuren), 38,2g Kohlenhydrate (davon 5,0g Zucker), 33,8g Eiweiß, 3,50g Salz, 3,2 BE

Panierte Alaska-Seelachshappen dazu Kartoffelwürfel mit würzigem Dipp

13462

4,8 BE

GE 390 g
FE 140 g [1]

C Nährwerte pro Portion:
2.101 kJ/500 kcal, 19,0 g Fett (davon 5,0g gesättigte Fettsäuren), 57,6g Kohlenhydrate (davon 8,0g Zucker), 21,8g Eiweiß, 4,99g Salz, 4,8 BE

Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln

13465

3,8 BE

GE 550 g
FE 100 g [1]

D Nährwerte pro Portion:
1.722 kJ/409 kcal, 12,0 g Fett (davon 4,9g gesättigte Fettsäuren), 45,9g Kohlenhydrate (davon 10,2g Zucker), 25,0g Eiweiß, 6,04g Salz, 3,8 BE

Jod

ist für die Herstellung der Schilddrüsenhormone notwendig und steuert viele Aktivitäten im Körper. Auch die Verwendung von jodiertem Speisesalz trägt zur verbesserten Jodversorgung bei.

Besonders enthalten in Schellfisch und Kabeljau

Kabeljaufilet in feiner Sauerrahmsoße dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln

13469
3,2 BE
GE 460 g
FE 75 g[1]

F Nährwerte pro Portion:
1.459 kJ/347 kcal, 10,2 g Fett (davon 4,8g gesättigte Fettsäuren), 38,7g Kohlenhydrate (davon 10,4g Zucker), 19,7g Eiweiß, 3,94g Salz, 3,2 BE

Panierter Alaska-Seelachs in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel

13472
4,6 BE
GE 415 g
FE 175 g[1]

D Nährwerte pro Portion:
2.222 kJ/530 kcal, 21,1 g Fett (davon 5,6g gesättigte Fettsäuren), 55,5g Kohlenhydrate (davon 3,6g Zucker), 25,7g Eiweiß, 4,96g Salz, 4,6 BE

Gedünsteter Alaska-Seelachs in feiner Dillcremesoße mit Rahmspinat und Salzkartoffeln

13475
2,5 BE
GE 470 g
FE 80 g[1]

E Nährwerte pro Portion:
1.430 kJ/341 kcal, 14,0 g Fett (davon 4,3g gesättigte Fettsäuren), 29,8g Kohlenhydrate (davon 5,9g Zucker), 20,0g Eiweiß, 4,36g Salz, 2,5 BE

Alaska-Seelachsschnitte in Dill-Rahmsoße, dazu buntes Möhrengemüse und Salzkartoffeln

13477
2,5 BE
GE 430 g
FE 100 g[1]

C Nährwerte pro Portion:
1.120 kJ/266 kcal, 5,6 g Fett (davon 2,0g gesättigte Fettsäuren), 30,2g Kohlenhydrate (davon 8,1g Zucker), 20,2g Eiweiß, 3,67g Salz, 2,5 BE

Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs in Senfsoße mit buntem Gemüse-Reis

13493
3,7 BE
GE 370 g
FE 75 g[1]

B Nährwerte pro Portion:
1.682 kJ/401 kcal, 17,8 g Fett (davon 7,9g gesättigte Fettsäuren), 44,7g Kohlenhydrate (davon 4,7g Zucker), 13,4g Eiweiß, 4,04g Salz, 3,7 BE

Gedünstetes Buntbarschfilet in Dillsoße dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln

13496
2,7 BE
GE 460 g
[1]

F Nährwerte pro Portion:
1.683 kJ/402 kcal, 17,3 g Fett (davon 8,3g gesättigte Fettsäuren), 32,8g Kohlenhydrate (davon 7,0g Zucker), 24,1g Eiweiß, 3,50g Salz, 2,7 BE

Spezialitäten

Unsere Spezialitäten erfreuen sich hierzulande großer Beliebtheit – sowohl mit regionaler als auch mit internationaler Rezeptur. Diese Menüs bringen Abwechslung auf den Tisch und liefern Energie für den Tag.

Foto: **13584** Spaghetti „Bolognese" mit herzhafter Hackfleischsoße vom Rind und Schwein

Spaghetti „Napoli“
mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße

13321
6,4 BE
GE 480 g

A Nährwerte pro Portion:
2.114 kJ/502 kcal, 13,8 g Fett (davon 3,4g gesättigte Fettsäuren), 76,4g Kohlenhydrate (davon 11,2g Zucker), 15,1g Eiweiß, 5,13g Salz, 6,4 BE

Schwäbische Maultaschen
in einer kräftigen Brühe mit Zwiebelschmelze

13386
5,3 BE
GE 500 g
FE 37 g

B Nährwerte pro Portion:
2.647 kJ/633 kcal, 32,1 g Fett (davon 8,4g gesättigte Fettsäuren), 64,0g Kohlenhydrate (davon 6,5g Zucker), 18,9g Eiweiß, 6,52g Salz, 5,3 BE

Reibekuchen „Hausfrauen Art“
mit Speck und Zwiebeln

13546
4,9 BE
GE 320 g
FE 15 g

Klein & Lecker

B Nährwerte pro Portion:
2.575 kJ/617 kcal, 35,0 g Fett (davon 3,7g gesättigte Fettsäuren), 58,8g Kohlenhydrate (davon 3,5g Zucker), 11,2g Eiweiß, 3,63g Salz, 4,9 BE

Spiralnudeln in Käsesoße
mit Tomaten-Petersilie-Garnitur

13547
4,3 BE
GE 440 g

B Nährwerte pro Portion:
2.216 kJ/529 kcal, 24,9 g Fett (davon 13,7g gesättigte Fettsäuren), 51,6g Kohlenhydrate (davon 8,4g Zucker), 21,4g Eiweiß, 5,58g Salz, 4,3 BE

Südländische Gemüse-Nudelpfanne mit Tomaten und Paprika

13549
4,8 BE
GE 450 g

B Nährwerte pro Portion:
1.807 kJ/431 kcal, 14,6 g Fett (davon 1,6g gesättigte Fettsäuren), 57,0g Kohlenhydrate (davon 8,7g Zucker), 12,8g Eiweiß, 6,39g Salz, 4,8 BE

Nudeln in Rahmsoße
mit Lauch und herzhaftem Schinken

13551
4,8 BE
GE 470 g
FE 20 g

A Nährwerte pro Portion:
2.398 kJ/572 kcal, 25,7 g Fett (davon 12,3g gesättigte Fettsäuren), 57,7g Kohlenhydrate (davon 10,5g Zucker), 24,1g Eiweiß, 5,43g Salz, 4,8 BE

Penne-Nudeln mit vegetarischer Bolognese

13552

6,1 BE

GE 500 g

B Nährwerte pro Portion:
2.220 kJ/527 kcal, 12,7 g Fett (davon 1,4g gesättigte Fettsäuren), 73,5g Kohlenhydrate (davon 11,7g Zucker), 25,3g Eiweiß, 5,08g Salz, 6,1 BE

Reibekuchen mit Apfelmus

13557

GE 400 g

B Nährwerte pro Portion:
2.285 kJ/545 kcal, 22,3 g Fett (davon 2,0g gesättigte Fettsäuren), 72,9g Kohlenhydrate (davon 34,3g Zucker), 7,3g Eiweiß, 2,37g Salz, 6,1 BE

Herzhafte Käsespätzle

mit Röstzwiebelgarnitur

13558

6,9 BE

GE 495 g

B Nährwerte pro Portion:
3.274 kJ/781 kcal, 34,0 g Fett (davon 19,9g gesättigte Fettsäuren), 82,6g Kohlenhydrate (davon 7,3g Zucker), 33,3g Eiweiß, 5,72g Salz, 6,9 BE

Spaghetti „Bolognese"

mit herzhafter Hackfleischsoße vom Rind und Schwein

13584

6,0 BE

GE 470 g

FE 50 g

B Nährwerte pro Portion:
2.285 kJ/543 kcal, 15,2 g Fett (davon 4,1g gesättigte Fettsäuren), 72,4g Kohlenhydrate (davon 9,6g Zucker), 26,0g Eiweiß, 5,18g Salz, 6,0 BE

„Fast die Hälfte unserer Zutaten kommt aus Deutschland.

Für uns ist die Qualität das Wichtigste. Daher kaufen wir immer dort ein, wo die Zutaten unter den besten Bedingungen wachsen. Am liebsten natürlich ganz in der Nähe. Versprochen!"

Dr. Iris Hugendiek
Leiterin der Qualitätssicherung bei apetito

Bunte Gemüseküche

Menüs ganz ohne Fleisch und Fisch – für Genuss sorgen unsere Gerichte mit besonders viel Gemüse. Diese Extra-Portion Gemüse liefert dem Körper wichtige Vitamine und Nährstoffe. In unserer abwechslungsreichen vegetarischen Küche können neben pflanzlichen Lebensmitteln Eier und Eierprodukte sowie Milch und Milchprodukte enthalten sein.

Foto: **13599** Buntes Spargelgemüse-Ragout in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln

Saftige Gemüsefrikadelle
mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln

13387
3,8 BE
GE 450 g

C Nährwerte pro Portion:
1.709 kJ/408 kcal, 18,1 g Fett (davon 7,8g gesättigte Fettsäuren), 46,0g Kohlenhydrate (davon 10,1g Zucker), 9,3g Eiweiß, 4,36g Salz, 3,8 BE

Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung dazu Erbsen „naturell" und kleine Kartoffeln mit Schale

13543
4,6 BE
GE 440 g

B Nährwerte pro Portion:
1.756 kJ/418 kcal, 11,1 g Fett (davon 4,3g gesättigte Fettsäuren), 55,0g Kohlenhydrate (davon 10,1g Zucker), 18,2g Eiweiß, 2,64g Salz, 4,6 BE

Eieromelette in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel

13553
3,2 BE
GE 390 g

A Nährwerte pro Portion:
1.777 kJ/424 kcal, 18,3 g Fett (davon 6,9g gesättigte Fettsäuren), 38,5g Kohlenhydrate (davon 9,6g Zucker), 21,5g Eiweiß, 4,45g Salz, 3,2 BE

Qualität liegt apetito am Herzen

Wir kochen leidenschaftlich gern.
Bei uns sind Profis am Werk: ausgebildete Köche, Metzger, Bäcker, Konditoren, Lebensmitteltechniker, Diätassistenten und Oecotrophologen. Und alle verfolgen das eine Ziel: den Geschmack eines jeden Tischgastes zu treffen.

Wir engagieren uns für ein gesundes Leben.
Für jedes einzelne apetito Produkt geben wir Ihnen unser „Geschmack Pur"-Versprechen. Dabei verzichten wir ganz konsequent auf Zusätze, wie z.B. Geschmacksverstärker jeglicher Art oder künstliche Aromen. So entstehen ganz neue, großartige Geschmackserlebnisse. Natürlich apetito.

apetito

Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Stampfkartoffeln

13554
3,1 BE
GE 450 g

B Nährwerte pro Portion:
2.214 kJ/531 kcal, 30,1 g Fett (davon 8,2g gesättigte Fettsäuren), 37,7g Kohlenhydrate (davon 10,7g Zucker), 22,4g Eiweiß, 4,19g Salz, 3,1 BE

Gefüllter, vegetarischer Strudel auf Gemüsebett dazu Kartoffelwürfel und Soße à la Hollandaise

13561
4,0 BE
GE 420 g

C Nährwerte pro Portion:
2.266 kJ/544 kcal, 32,3 g Fett (davon 17,3g gesättigte Fettsäuren), 48,4g Kohlenhydrate (davon 9,4g Zucker), 8,2g Eiweiß, 5,05g Salz, 4,0 BE

Rührei mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln

13565
3,3 BE
GE 465 g

A Nährwerte pro Portion:
2.162 kJ/518 kcal, 28,0 g Fett (davon 6,7g gesättigte Fettsäuren), 39,6g Kohlenhydrate (davon 8,1g Zucker), 22,2g Eiweiß, 4,57g Salz, 3,3 BE

Feines Gemüseragout in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln

13573
2,8 BE
GE 400 g

A Nährwerte pro Portion:
1.168 kJ/279 kcal, 11,4 g Fett (davon 6,6g gesättigte Fettsäuren), 33,9g Kohlenhydrate (davon 7,1g Zucker), 5,9g Eiweiß, 3,45g Salz, 2,8 BE

Bunte Gemüseplatte mit grünen Bohnen, Fingermöhren, Blumenkohl und Stampfkartoffeln

13574
3,0 BE
GE 470 g

A Nährwerte pro Portion:
1.485 kJ/356 kcal, 17,5 g Fett (davon 3,2g gesättigte Fettsäuren), 35,7g Kohlenhydrate (davon 7,9g Zucker), 7,9g Eiweiß, 4,28g Salz, 3,0 BE

Champignons in Rahmsoße dazu Serviettenknödel

13580
4,2 BE
GE 430 g

C Nährwerte pro Portion:
2.231 kJ/534 kcal, 29,2 g Fett (davon 13,0g gesättigte Fettsäuren), 50,5g Kohlenhydrate (davon 8,6g Zucker), 14,6g Eiweiß, 4,04g Salz, 4,2 BE

Vitamin E

unterstützt die Abwehrkräfte des Körpers.
Es kann „freie Radikale" im Körper binden und schützt somit die Zellmembranen.

Besonders enthalten in Eiern, pflanzlichen Ölen, Nüssen und Vollkornprodukten

Goldgelbes Rührei

mit Gemüse „Leipziger Allerlei", dazu Frühlingspüree

13581

2,4 BE

GE 365 g

A Nährwerte pro Portion:
1.736 kJ/416 kcal, 23,3 g Fett (davon 4,8g gesättigte Fettsäuren), 29,3g Kohlenhydrate (davon 9,3g Zucker), 19,2g Eiweiß, 3,47g Salz, 2,4 BE

Feine Gemüseauswahl

mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree

13594

3,7 BE

GE 500 g

B Nährwerte pro Portion:
2.122 kJ/509 kcal, 29,3 g Fett (davon 11,4g gesättigte Fettsäuren), 44,2g Kohlenhydrate (davon 14,6g Zucker), 10,2g Eiweiß, 5,19g Salz, 3,7 BE

Buntes Spargelgemüse-Ragout

in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln

13599

3,8 BE

GE 500 g

B Nährwerte pro Portion:
1.553 kJ/370 kcal, 14,7 g Fett (davon 9,7g gesättigte Fettsäuren), 45,5g Kohlenhydrate (davon 10,0g Zucker), 8,6g Eiweiß, 4,94g Salz, 3,8 BE

Eintöpfe

Delikate Eintöpfe

Eine Kombination aus herzhaften, deftigen Fleischspezialitäten und einer großen Portion Gemüse – Eintöpfe gehören zur traditionellen Küche und sind besonders vielfältig und köstlich.

Foto: **13609** Kartoffelsuppe „Holsteiner Art" mit Wurzelgemüse und geschnittener Mettwurst vom Schwein

Vegetarischer Möhreneintopf
mit feinen Kartoffelwürfeln

13603
2,2 BE
GE 450 g

A Nährwerte pro Portion:
1.029 kJ/246 kcal, 11,9 g Fett (davon 1,1g gesättigte Fettsäuren), 26,7g Kohlenhydrate (davon 5,2g Zucker), 4,2g Eiweiß, 4,14g Salz, 2,2 BE

Erbsensuppe
mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein

13606
4,3 BE
GE 540 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
2.616 kJ/626 kcal, 30,9 g Fett (davon 11,0g gesättigte Fettsäuren), 51,5g Kohlenhydrate (davon 4,4g Zucker), 27,1g Eiweiß, 5,02g Salz, 4,3 BE

Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf

13608
2,2 BE
GE 450 g

A Nährwerte pro Portion:
1.252 kJ/301 kcal, 17,3 g Fett (davon 1,6g gesättigte Fettsäuren), 26,2g Kohlenhydrate (davon 3,5g Zucker), 5,3g Eiweiß, 3,99g Salz, 2,2 BE

Kartoffelsuppe „Holsteiner Art"
mit Wurzelgemüse und geschnittener Mettwurst vom Schwein

13609
3,2 BE
GE 600 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
2.357 kJ/566 kcal, 34,9 g Fett (davon 15,3g gesättigte Fettsäuren), 38,8g Kohlenhydrate (davon 4,9g Zucker), 18,5g Eiweiß, 7,39g Salz, 3,2 BE

Hausgemachter Wirsing-Möhren-Eintopf mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein

13610
2,6 BE
GE 540 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
1.703 kJ/408 kcal, 22,4 g Fett (davon 8,4g gesättigte Fettsäuren), 30,9g Kohlenhydrate (davon 7,4g Zucker), 15,6g Eiweiß, 5,90g Salz, 2,6 BE

Gemüseeintopf nach „Gärtnerin Art" mit frittierten Mettbällchen vom Schwein

13612
2,5 BE
GE 540 g
FE 75 g

A Nährwerte pro Portion:
1.660 kJ/398 kcal, 21,6 g Fett (davon 6,7g gesättigte Fettsäuren), 29,7g Kohlenhydrate (davon 7,5g Zucker), 15,4g Eiweiß, 5,74g Salz, 2,5 BE

Marion R., Rheine

„Meine Mutter war immer eine gute Köchin ...

... und achtet daher sehr auf Qualität. Umso mehr freut es mich, dass es ihr beim Menüservice so gut schmeckt.

Es macht Spaß, mit ihr gemeinsam im Katalog zu blättern und aus dem vielfältigen Angebot auszuwählen.

Die Freude am leckeren Mittagessen – selbst zu bestimmen, was und wann man essen möchte –, das ist ein echtes Stück Lebensqualität."

Grünkohleintopf
mit geschnittener Mettwurst vom Schwein

13614

GE 580 g
FE 100 g

C Nährwerte pro Portion:
3.727 kJ/901 kcal, 75,9 g Fett (davon 32,5g gesättigte Fettsäuren), 21,3g Kohlenhydrate (davon 3,8g Zucker), 24,9g Eiweiß, 7,91g Salz, 1,8 BE

Klassischer Hühnersuppentopf

13621

2,4 BE

GE 540 g
FE 60 g

A Nährwerte pro Portion:
1.525 kJ/364 kcal, 13,9 g Fett (davon 4,1g gesättigte Fettsäuren), 28,5g Kohlenhydrate (davon 6,0g Zucker), 27,5g Eiweiß, 3,77g Salz, 2,4 BE

Westfälischer Kartoffeleintopf
mit Schweinefleisch

13622

4,1 BE

GE 540 g
FE 50 g

B Nährwerte pro Portion:
2.440 kJ/583 kcal, 27,4 g Fett (davon 13,3g gesättigte Fettsäuren), 49,1g Kohlenhydrate (davon 12,3g Zucker), 28,3g Eiweiß, 6,15g Salz, 4,1 BE

Weiße Bohneneintopf

13624

3,2 BE

GE 540 g

A Nährwerte pro Portion:
1.353 kJ/323 kcal, 10,3 g Fett (davon 1,0g gesättigte Fettsäuren), 38,9g Kohlenhydrate (davon 5,7g Zucker), 10,8g Eiweiß, 6,02g Salz, 3,2 BE

Deftiger Möhreneintopf
mit gekochtem Schweinebauch

13625

2,4 BE

GE 540 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
2.233 kJ/537 kcal, 35,1 g Fett (davon 13,3g gesättigte Fettsäuren), 28,5g Kohlenhydrate (davon 11,0g Zucker), 21,3g Eiweiß, 4,31g Salz, 2,4 BE

Hausgemachte Erbsensuppe
mit Räucherendchen vom Schwein

13626

3,6 BE

GE 450 g
FE 50 g

A Nährwerte pro Portion:
2.084 kJ/498 kcal, 22,4 g Fett (davon 8,0g gesättigte Fettsäuren), 43,2g Kohlenhydrate (davon 3,4g Zucker), 23,8g Eiweiß, 3,79g Salz, 3,6 BE

Herzhafter Linseneintopf „Hausfrauen Art" mit deftiger Bauernwurst vom Schwein

13641

4,7 BE

GE 540 g
FE 80 g

B Nährwerte pro Portion:
2.813 kJ/673 kcal, 33,5 g Fett (davon 13,6g gesättigte Fettsäuren), 56,8g Kohlenhydrate (davon 5,9g Zucker), 30,8g Eiweiß, 5,93g Salz, 4,7 BE

Pichelsteiner Eintopf
mit Rindfleisch

13644

2,6 BE

GE 540 g
FE 40 g

B Nährwerte pro Portion:
1.449 kJ/346 kcal, 15,7 g Fett (davon 2,0g gesättigte Fettsäuren), 31,1g Kohlenhydrate (davon 5,8g Zucker), 15,6g Eiweiß, 4,20g Salz, 2,6 BE

Grüne-Bohnen-Eintopf
mit geschnittenem Rindfleisch

13645

2,4 BE

GE 540 g
FE 60 g

B Nährwerte pro Portion:
1.682 kJ/403 kcal, 20,2 g Fett (davon 2,4g gesättigte Fettsäuren), 28,5g Kohlenhydrate (davon 3,8g Zucker), 21,5g Eiweiß, 4,70g Salz, 2,4 BE

Cremige Erbsensuppe
mit bunter Gemüseeinlage

13 683
3,4 BE
GE 540 g

A Nährwerte pro Portion:
1.859 kJ/445 kcal, 22,8 g Fett (davon 12,0g gesättigte Fettsäuren), 40,7g Kohlenhydrate (davon 11,4g Zucker), 12,7g Eiweiß, 4,31g Salz, 3,4 BE

Festtagssuppe mit Rindfleisch
und Grießnockerln

13 693
2,0 BE
GE 520 g
FE 50 g

C Nährwerte pro Portion:
1.914 kJ/459 kcal, 26,1 g Fett (davon 11,2g gesättigte Fettsäuren), 23,9g Kohlenhydrate (davon 3,7g Zucker), 30,0g Eiweiß, 5,55g Salz, 2,0 BE

Auch unsere Köche sind begeistert:

so natürlich, köstlich und frisch schmeckt's bei apetito.

Alles ist Geschmack pur.

Erleben Sie es!

Süße Menüs

Lassen Sie sich von der leckeren Vielfalt verführen – und das nicht nur als Hauptgericht zum Mittag! Süße Speisen, wie z. B. fruchtige Milchreis-Kreationen, gefüllte Pfannkuchen oder Quark- und Grießbrei-Variationen, laden auch zwischendurch zum Genießen ein.

Foto: **13522** Hausgemachter Kaiserschmarrn mit Apfel-Rosinen-Kompott

Cremiger Milchreis
mit fruchtigen Mandarinenstücken (mit Süßungsmitteln)

13501
4,7 BE
GE 445 g

A Nährwerte pro Portion:
1.638 kJ/389 kcal, 12,5 g Fett (davon 6,2g gesättigte Fettsäuren), 56,5g Kohlenhydrate (davon 20,6g Zucker), 10,7g Eiweiß, 0,78g Salz, 4,7 BE

Süßer Kirschmichel
mit Vanillesoße

13509
GE 470 g

B Nährwerte pro Portion:
3.445 kJ/824 kcal, 43,4 g Fett (davon 12,8g gesättigte Fettsäuren), 85,8g Kohlenhydrate (davon 54,6g Zucker), 20,1g Eiweiß, 1,37g Salz, 7,2 BE

Apfelstrudel
mit Vanillesoße

13512
GE 420 g

C Nährwerte pro Portion:
3.227 kJ/771 kcal, 38,4 g Fett (davon 18,5g gesättigte Fettsäuren), 92,4g Kohlenhydrate (davon 42,3g Zucker), 11,3g Eiweiß, 1,29g Salz, 7,7 BE

Hausgemachter Vollmilch-Grießbrei mit Pflaumenkompott (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

13513
3,9 BE
GE 450 g

A Nährwerte pro Portion:
1.807 kJ/432 kcal, 21,6 g Fett (davon 7,0g gesättigte Fettsäuren), 47,2g Kohlenhydrate (davon 22,1g Zucker), 10,0g Eiweiß, 0,70g Salz, 3,9 BE

Pfannkuchen mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung (mit Zuckerart und Süßungsmitteln)

13515
5,0 BE
GE 360 g

B Nährwerte pro Portion:
1.614 kJ/382 kcal, 7,7 g Fett (davon 3,1g gesättigte Fettsäuren), 60,1g Kohlenhydrate (davon 17,8g Zucker), 15,2g Eiweiß, 1,26g Salz, 5,0 BE

Goldgelb gebackener Pfannkuchen mit Kirschfüllung

13521
GE 340 g

B Nährwerte pro Portion:
1.902 kJ/450 kcal, 7,8 g Fett (davon 3,0g gesättigte Fettsäuren), 77,2g Kohlenhydrate (davon 24,0g Zucker), 15,7g Eiweiß, 1,05g Salz, 6,4 BE

Hausgemachter Kaiserschmarrn
mit Apfel-Rosinen-Kompott

13522

GE 410 g

B Nährwerte pro Portion:
2.656 kJ/629 kcal, 13,2 g Fett (davon 4,0g gesättigte Fettsäuren), 109,7g Kohlenhydrate (davon 65,2g Zucker), 15,8g Eiweiß, 1,42g Salz, 9,1 BE

Zwetschgenknödel mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

13524

5,0 BE

GE 430 g

B Nährwerte pro Portion:
1.928 kJ/460 kcal, 19,5 g Fett (davon 8,6g gesättigte Fettsäuren), 59,9g Kohlenhydrate (davon 20,3g Zucker), 8,6g Eiweiß, 0,86g Salz, 5,0 BE

Zwei Pfannkuchen
gefüllt mit Blaubeer-Kompott

13525

GE 360 g

B Nährwerte pro Portion:
1.961 kJ/464 kcal, 7,5 g Fett (davon 2,8g gesättigte Fettsäuren), 81,1g Kohlenhydrate (davon 30,7g Zucker), 14,5g Eiweiß, 0,98g Salz, 6,8 BE

Die Tipps der apetito Ernährungsberatung

So sind Sie mittags rundum gut versorgt

- Wählen Sie täglich Kartoffeln, Reis oder Nudeln aus. Diese wertvollen Lebensmittel liefern in erster Linie Energie in Form von Kohlenhydraten, die wir täglich brauchen.
- Wählen Sie regelmäßig Menüs aus, die reichlich Gemüse enthalten. Gemüse ist wie Salat und Obst reich an wertvollen Vitaminen, Mineral- und Ballaststoffen.
- Genießen Sie 2 – 3 x pro Woche Fleisch und essen Sie mindestens einmal die Woche leckeren Fisch. Fleisch, Fisch und Eier liefern dem Organismus leicht verdauliches Eiweiß.
- Greifen Sie an 3 – 4 Tagen pro Woche zu leckeren vegetarischen Menüs aus der Gemüseküche (voller Vitamine und Mineralstoffe) oder gönnen Sie sich mal zur Abwechslung eine süße Köstlichkeit.
- Auch das Trinken gehört zur guten Ernährung. Wählen Sie regelmäßig Mineralwasser, Früchte- oder Kräutertees sowie Fruchtsäfte oder Saftschorlen zum Essen.

Initiative für gute Ernährung
Der richtige Mix fürs Wohlbefinden

Cremiger Vollmilch-Grießbrei
mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

13533
3,9 BE
GE 450 g

A Nährwerte pro Portion:
1.807 kJ/432 kcal, 21,8 g Fett (davon 7,0g gesättigte Fettsäuren), 46,4g Kohlenhydrate (davon 22,5g Zucker), 10,0g Eiweiß, 0,71g Salz, 3,9 BE

Quark-Grieß-Auflauf
mit Aprikosen-Apfel-Kompott

13536
GE 450 g

B Nährwerte pro Portion:
2.191 kJ/520 kcal, 11,7 g Fett (davon 3,0g gesättigte Fettsäuren), 83,2g Kohlenhydrate (davon 65,5g Zucker), 16,2g Eiweiß, 1,04g Salz, 6,9 BE

Milchreis mit fruchtiger Sauerkirschsoße (mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

13537
4,4 BE
GE 420 g

A Nährwerte pro Portion:
1.389 kJ/330 kcal, 8,6 g Fett (davon 4,2g gesättigte Fettsäuren), 53,0g Kohlenhydrate (davon 18,1g Zucker), 7,3g Eiweiß, 0,56g Salz, 4,4 BE

Süßer Apfelmilchreis
mit Zimt und Zucker

13539
GE 500 g

A Nährwerte pro Portion:
2.545 kJ/606 kcal, 22,6 g Fett (davon 5,7g gesättigte Fettsäuren), 85,1g Kohlenhydrate (davon 42,5g Zucker), 13,3g Eiweiß, 1,46g Salz, 7,1 BE

Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen mit Apfel-Quark-Füllung (mit Süßungsmitteln)

13542
5,0 BE
GE 340 g

B Nährwerte pro Portion:
2.077 kJ/494 kcal, 17,0 g Fett (davon 4,9g gesättigte Fettsäuren), 59,8g Kohlenhydrate (davon 7,2g Zucker), 23,8g Eiweiß, 1,53g Salz, 5,0 BE

Quarktaler auf Vanillesoße
dazu Ananas-Mango-Kompott (mit Süßungsmitteln)

13590
4,7 BE
GE 420 g

B Nährwerte pro Portion:
1.849 kJ/440 kcal, 17,0 g Fett (davon 6,9g gesättigte Fettsäuren), 56,9g Kohlenhydrate (davon 26,5g Zucker), 11,1g Eiweiß, 0,89g Salz, 4,7 BE

Klein & Lecker

Ob als Hauptgericht oder auch für den kleinen Hunger zwischendurch – unsere kleinen Mahlzeiten versprechen immer großen Genuss. Sie bieten all das, was auch die „großen" Menüs auszeichnet: hochwertige Zutaten, kreative Rezepturen und meisterliche Kochkunst.

Klein & Lecker – alle Menüs auf einen Blick

Art.-Nr.	Bezeichnung	Kategorie	auf Seite
13206	**Rindfleisch in Meerrettichsoße** – dazu Erbsen „naturell" und Salzkartoffeln	Rind	11
13209	**Zartes Rindergulasch in Schaschlik-Soße** – dazu Salzkartoffeln	Rind	12
13219	**Zartes Rindergeschnetzeltes** mit Rotkohl und Kartoffelklößen	Rind	12
13227	**Sauerbraten vom Rind** in herzhafter Soße mit Rotkohl und Spätzle	Rind	13
13229	**Saftiges Rindergulasch** in Champignonsoße mit Spiralnudeln	Rind	13
13231	**Zarter Rinderbraten** in kräftiger Bratensoße mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln	Rind	14
13233	**Herzhaftes Rindergeschnetzeltes „Stroganoff"** mit Petersilienkartoffeln	Rind	14
13146	**Herzhaftes Schweinegulasch** mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Spätzle	Schwein	19
13168	**Saftiger Schweinebraten** in Bratensoße, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln	Schwein	21
13169	**Schweinebraten in herzhafter Soße** – dazu Möhren in Schlemmersoße und Schnittlauch-Kartoffeln	Schwein	21
13170	**Gekochter Schweinebauch** auf dicken Bohnen in Specksoße, dazu Salzkartoffeln	Schwein	21
13177	**Klassischer Schweinebraten** in Bratensoße mit bayerischem Weißkohlgemüse, dazu ein Serviettenknödel	Schwein	22
13199	**Saftiges Kasseler in Bratensoße** mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln	Schwein	23
13022	**Jägerfrikadelle vom Schwein** in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln	Hack, Wurst & Co	27
13040	**Klopse „Königsberger Art"** vom Rind und Schwein in Kapernsoße mit Salzkartoffeln	Hack, Wurst & Co	28
13060	**Hausgemachte Wirsingroulade** in Bratensoße dazu bayerisches Weißkohlgemüse und Petersilienkartoffeln	Hack, Wurst & Co	29
13082	**Feine Bratwurst vom Schwein** in dunkler Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Stampfkartoffeln	Hack, Wurst & Co	31
13097	**Hausgemachte Rinderfrikadelle** in herzhafter Bratensoße mit Rahmspinat und Petersilienkartoffeln	Hack, Wurst & Co	32
13099	**Schweinehacksteak** in pikanter Bratensoße mit grünem Pfeffer, dazu grüne Bohnen „naturell" u. Kartoffelklöße	Hack, Wurst & Co	32
13744	**Hähnchenfilets** in feiner Sauerrahm-Kräutersoße, dazu Gemüsereis	Geflügel	34
13756	**Hähnchenoberkeule** in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell" und Gabelspaghetti	Geflügel	35
13764	**Gebratene Geflügelfleischbällchen** in herzhafter Brokkoli-Rahmsoße mit Spiralnudeln	Geflügel	36
13790	**Geflügelfrikadelle** in Bratensoße mit Wirsinggemüse und Kartoffelpüree	Geflügel	37
13792	**Zartes Hühnerfleisch in Champignonsoße** – dazu Erbsen „naturell" und Langkornreis	Geflügel	38
13797	**Hühnerfrikassee** mit feinem Spargel, dazu bunter Gemüsereis	Geflügel	38
13421	**Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs** mit Fingermöhren und Stampfkartoffeln	Fischgerichte	40
13430	**Panierte Fischstäbchen** mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree	Fischgerichte	41
13493	**Gebackene Filetstücke vom Alaska-Seelachs** in Senfsoße mit buntem Gemüsereis	Fischgerichte	43
13546	**Reibekuchen „Hausfrauen Art"** mit Speck und Zwiebeln	Spezialitäten	45
13557	**Reibekuchen** mit Apfelmus	Spezialitäten	46
13553	**Eieromelette** in Sauerrahm-Kräutersoße mit Erbsen und Möhren, dazu Kartoffelwürfel	Gemüseküche	48
13573	**Feines Gemüseragout** in Sauerrahmsoße mit Salzkartoffeln	Gemüseküche	49
13580	**Champignons in Rahmsoße** – dazu ein Serviettenknödel	Gemüseküche	49
13581	**Goldgelbes Rührei** mit Gemüse „Leipziger Allerlei", dazu Frühlingspüree	Gemüseküche	50
13603	**Vegetarischer Möhreneintopf** mit feinen Kartoffelwürfeln	Eintöpfe	52
13608	**Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf**	Eintöpfe	52
13515	**Pfannkuchen** mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung (mit Zuckerart und Süßungsmitteln)	Süße Menüs	57
13521	**Goldgelb gebackener Pfannkuchen** mit Kirschfüllung	Süße Menüs	57
13525	**Zwei Pfannkuchen** gefüllt mit Blaubeer-Kompott	Süße Menüs	58
13542	**Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen** mit Apfel-Quark-Füllung (mit Süßungsmitteln)	Süße Menüs	59

Desserts

Egal, ob süß und cremig oder frisch und fruchtig – die himmlischen Dessert-Klassiker sind immer eine „Sünde" wert. Sie runden das Menü auf ihre Art ab und verleihen jeder Mittagsmahlzeit einen ganz besonderen Abschluss.

Foto: Apfel-Himbeermus

47600

Dessert-Sortiment
mit 14 leckeren Desserts

Vollkost, Leichte Vollkost

Schokoladen-Pudding

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
380 kJ/90 kcal, 2 g Fett (davon 1,4 g gesättigte Fettsäuren), 15,6 g Kohlenhydrate (davon 11,6 g Zucker), 2,4 g Eiweiß, 0,08 g Salz

Milchreis mit Schwarzkirsch-Kompott

GE 150 g

Nährwerte pro Portion:
722 kJ/171 kcal, 4,2 g Fett (davon 2,7 g gesättigte Fettsäuren), 29,7 g Kohlenhydrate (davon 19,8 g Zucker), 3,6 g Eiweiß, 0,08 g Salz

Apfel-Himbeermus

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
214 kJ/51 kcal, 0,1 g Fett (davon 0,1 g gesättigte Fettsäuren), 11 g Kohlenhydrate (davon 8,9 g Zucker), 0,3 g Eiweiß, 0,01 g Salz

Milchreis mit Apfel-Rosinen-Zimt-Kompott

GE 150 g

Nährwerte pro Portion:
724 kJ/172 kcal, 4,2 g Fett (davon 2,7 g gesättigte Fettsäuren), 29,6 g Kohlenhydrate (davon 18,0 g Zucker), 3,8 g Eiweiß, 0,11 g Salz

Caramel-Pudding

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
376 kJ/89 kcal, 1,9 g Fett (davon 1,3 g gesättigte Fettsäuren), 15,9 g Kohlenhydrate (davon 11,8 g Zucker), 2,1g Eiweiß, 0,08 g Salz

Mokka-Pudding

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
381 kJ/90 kcal, 1,9 g Fett (davon 1,3 g gesättigte Fettsäuren), 16,2 g Kohlenhydrate (davon 12,1 g Zucker), 2,1 g Eiweiß, 0,08 g Salz

Vanille-Pudding

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
369 kJ/87 kcal, 1,8 g Fett (davon 1,3 g gesättigte Fettsäuren), 15,7 g Kohlenhydrate (davon 11,6 g Zucker), 2,1 g Eiweiß, 0,08 g Salz

Schoko-Vanille-Pudding

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
375 kJ/89 kcal, 1,9 g Fett (davon 1,3 g gesättigte Fettsäuren), 15,7 g Kohlenhydrate (davon 11,6 g Zucker), 2,2 g Eiweiß, 0,08 g Salz

Joghurt mit Schwarzkirsch-Kompott

GE 150 g

Nährwerte pro Portion:
412 kJ/97 kcal, 0,2 g Fett (davon 0,2 g gesättigte Fettsäuren), 17,7 g Kohlenhydrate (davon 17,1 g Zucker), 6,2 g Eiweiß, 0,04 g Salz

Joghurt mit Pfirsich-Maracuja-Kompott

GE 150 g

Nährwerte pro Portion:
409 kJ/98 kcal, 0,2 g Fett (davon 0,1 g gesättigte Fettsäuren), 17,6 g Kohlenhydrate (davon 17,1 g Zucker), 6,2 g Eiweiß, 0,04 g Salz

Apfelmus

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
218 kJ/52 kcal, 0,1 g Fett (davon <0,1 g gesättigte Fettsäuren), 11,7 g Kohlenhydrate (davon 10,3 g Zucker), 0,3 g Eiweiß, 0,03 g Salz

Rhabarber-Himbeermus

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
345 kJ/82 kcal, 0,2 g Fett (davon 0,1 g gesättigte Fettsäuren), 18,4 g Kohlenhydrate (davon 18,1 g Zucker), 0,3 g Eiweiß, 0,01 g Salz

Rhabarbermus

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
359 kJ/85 kcal, 0,2 g Fett (davon 0,1 g gesättigte Fettsäuren), 19,3 g Kohlenhydrate (davon 18,8 g Zucker), 0,3 g Eiweiß, 0,01 g Salz

Apfel-Bananenmus

GE 100 g

Nährwerte pro Portion:
272 kJ/64 kcal, 0,1 g Fett (davon 0,1 g gesättigte Fettsäuren), 14,6 g Kohlenhydrate (davon 14,2 g Zucker), 0,3 g Eiweiß, 0,01 g Salz

Zubereitungshinweise

Die Zubereitung von Desserts

Desserts vor dem Verzehr über Nacht im Kühlschrank oder ca. 4 – 5 Stunden bei Zimmertemperatur auftauen und direkt verzehren.

Cremeschnitten-Variationen

46008

3 x Donauwelle
3 x Erdbeer-Cremeschnitte
3 x Mandel-Bienenstich-Schnitte
3 x Rhabarber-Stachelbeer-Joghurt-Schnitte
(einzeln verpackt)

GE 1065 g

Ⓐ

Auswahl von Cremeschnitten

46014

4 x Pflaumen-Rührteig-Schnitte
4 x Frankfurter Schnitte
4 x Käsesahne-Pfirsich-Schnitte
4 x Rübli-Schnitte
(einzeln verpackt)

GE 1180 g

13 721

Saftiger Kirsch-Streusel-kuchen mit Kakao

(einzeln verpackt)

GE 140 g

Nährwerte pro Stück:
2086 kJ/499 kcal, 25 g Fett (davon 5,5 g gesättigte Fettsäuren), 61,5 g Kohlenhydrate (davon 32,3 g Zucker), 5,7 g Eiweiß, 0,81 g Salz

13 722

Leckerer Apfel-Streuselkuchen

(einzeln verpackt)

GE 150 g

Nährwerte pro Stück:
1574 kJ/374 kcal, 10,7 g Fett (davon 4,7 g gesättigte Fettsäuren), 61,4 g Kohlenhydrate (davon 24,7 g Zucker), 6,3 g Eiweiß, 0,45 g Salz

13 730

Feiner Butterkuchen mit Mandeln

(einzeln verpackt)

GE 80 g

Nährwerte pro Stück:
1410 kJ/337 kcal, 18,5 g Fett (davon 12,2 g gesättigte Fettsäuren), 37 g Kohlenhydrate (davon 14,7 g Zucker), 4,9 g Eiweiß, 0,35 g Salz

47 030

Kuchen-Vorratssortiment

12 Stück Nachmittagskuchen

4 x Saftiger Kirsch-Streuselkuchen mit Kakao
4 x Leckerer Apfel-Streuselkuchen
4 x Feiner Butterkuchen mit Mandeln

Zubereitungshinweise finden Sie auf der Seite 83.

Unser Wohlfühl-Angebot für Sie – alles in einem Karton!

Essen und Trinken gehören zu den angenehmsten Seiten des Lebens. Eine leckere warme Mahlzeit macht nicht nur satt, sondern versorgt Sie auch mit vielen wichtigen Nährstoffen. Und das trägt wesentlich zu Ihrem Wohlbefinden bei.

Für eine ausgewogene Ernährung wird empfohlen, das Mittagessen mehrmals in der Woche mit Salat und Dessert zu ergänzen.
Unsere Wohlfühl-Angebote bieten hierfür eine optimale Zusammenstellung: 7 leckere Menüs, 4 Salate und 5 Desserts – für Sie in einem Sortiment zusammengestellt.

7 leckere Menüs

4 Salate

5 Desserts

Initiative für gute Ernährung
Der richtige Mix fürs Wohlbefinden

Weitere Menü-Sortimente erhalten Sie auf Anfrage bei Ihrem Mahlzeitendienst oder bei Ihrem Menükurier. Ab S.71 finden Sie auch regionale und traditionelle Menü-Sortimente.

Wohlfühl-Sortiment

47 346

Mit Informationen für Diabetiker

Buntes Spargelgemüse-Ragout
in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln
(13599)

Herzhafte Bauernfrikadelle
vom Rind und Schwein in Zwiebelsoße an Porree-Gemüse mit Stampfkartoffeln (13018)

Grüne-Bohnen-Eintopf
mit geschnittenem Rindfleisch
(13645)

Schweinegulasch „Hausfrauen Art"
mit feinem Blumenkohl und Salzkartoffeln
(13164)

Gedünstetes Lachsfilet
in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln (13411)

Champignons
in Rahmsoße, dazu ein Serviettenknödel
(13580)

Zarte Hähnchenbrust
in Curry-Rahmsoße mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüsereis (13400)

Krautsalat Ⓐ

Gurkensalat Ⓐ Ⓚ

Rote-Bete-Salat

Möhrensalat Ⓐ Ⓩ Ⓚ
(mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

Joghurt Ⓕ
mit Pfirsich-Maracuja-Kompott

Milchreis Ⓕ
mit Schwarzkirsch-Kompott

Schoko-Vanille-Pudding

Rhabarbermus Ⓐ

Apfel-Bananenmus Ⓐ

Ⓚ konserviert Ⓕ mit Farbstoff

Wohlfühl-Sortiment

47 347

Mit Informationen für Diabetiker

Putenschnitzel
mit Erbsen und Möhren,
dazu Kartoffelwürfel in Käsesoße (13761)

Milchreis
mit fruchtiger Sauerkirschsoße (13537)
(mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

Schellfischfilet
in Weißwein-Buttersoße,
dazu Möhren und Salzkartoffeln (13437)

Festtagssuppe
mit Rindfleisch und Grießnockerln
(13693)

Goldgelbes Eieromelette
in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei"
und Stampfkartoffeln (13554)

Südländische Gemüse-Nudelpfanne
mit Tomaten und Paprika
(13549)

Gepökelter Schinkenbraten
in Soße, dazu Wirsinggemüse und Salzkartoffeln
(13143)

Krautsalat

Gurkensalat

Rote-Bete-Salat

Möhrensalat
(mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

Vanille-Pudding

Schoko-Pudding

Milchreis
mit Apfel-Rosinen-Zimt-Kompott

Apfel-Himbeermus

Rhabarber-Himbeermus

Ⓚ konserviert

47 636

Norddeutsch genießen

Mit Informationen für Diabetiker

„Westfälisches Zwiebelfleisch“
Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln (13211)

Rührei
mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln (13565)

Cremiger Milchreis
mit fruchtigen Mandarinenstücken (13501)
(mit Süßungsmitteln)

Zarte Hähnchenfilets
in herzhafter Pilzsoße mit Schwarzwurzelgemüse und Petersilienkartoffeln (13458)

Scholle „Finkenwerder Art“
garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln (13427)

Erbsensuppe
mit geschnittener Wiener Wurst vom Schwein (13606)

Schlachtplatte
(Leberkloß, Blutwurst und Eisbeinfleisch) auf dicken Bohnen mit Specksoße, dazu Stampfkartoffeln (13059)

47 637

Süddeutsche Spezialitäten

Gegrilltes Haxenfleisch
mit Kümmelsoße, dazu Bayerisch Kraut und deftige Speckklöße (13065)

Champignons in Rahmsoße
dazu ein Serviettenknödel (13580)

Rostbratwürstchen „Fränkische Art“
vom Schwein auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree (13021)

Gedünstetes Lachsfilet
in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln (13411)

Hausgemachter Kaiserschmarrn
mit Apfel-Rosinen-Kompott (13522)

Herzhafte Käsespätzle
mit Röstzwiebelgarnitur (13558)

Rinderschmorbraten
in kräftiger Soße mit grünen Bohnen und Speckklößen (13240)

Traditionelle Küche

47 638

Schwäbische Maultaschen
in einer kräftigen Brühe mit Zwiebelschmelze (13386)

Schlemmerfilet „Florentin" vom Alaska-Seelachs (aus Filetblöcken portioniert) mit einer Spinat-Käse-Auflage, dazu bunte Gemüsemischung und Rahmkartoffeln (13424)

Deftiges Eisbeinfleisch
auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (13144)

Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen
mit Apfel-Quark-Füllung (13542)
(mit Süßungsmitteln)

Zwei saftige Kohlrouladen
vom Schwein in Bratensoße, dazu Stampfkartoffeln mit Petersilie verfeinert (13086)

Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art"
in einer feinen Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Salzkartoffeln (13779)

Tafelspitz
aus zartem Rindfleisch in Schnittlauch-Rahmsoße mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln (13225)

Leicht & Lecker

Leichte Vollkost

47 639

Spaghetti „Napoli"
mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße (13321)

Kabeljaufilet
in feiner Sauerrahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln (13469)

Saftige Gemüsefrikadelle
mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln (13387)

Deutsches Beefsteak
mit Erbsen und Möhren, dazu Spiralnudeln (13023)

Pfannkuchen
mit fruchtiger Erdbeer-Rhabarber-Füllung (13515)
(mit Süßungsmitteln und einer Zuckerart)

Geschnittenes Schweinefilet
im Kräutermantel in kräftiger Soße mit Gartengemüse und Salzkartoffeln (13133)

Hähnchenfilets „Gärtnerin Art"
in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis (13780)

47655

Klein & Lecker

mit Informationen für Diabetiker

- **Jägerfrikadelle vom Schwein**
  in Champignonsoße mit Möhrengemüse und Stampfkartoffeln (13022)
- **Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf**
  (13608)
- **Goldgelbes Rührei**
  mit Gemüse „Leibziger Allerlei", dazu Frühlingspürree (13581)
- **Saftiges Kasseler**
  in Bratensoße mit Sauerkraut und Stampfkartoffeln (13199)
- **Herzhaftes Rindergeschnetzeltes „Stroganoff"**
  mit Pertersilienkartoffeln (13233)
- **Goldgelb gebackener Eierpfannkuchen**
  mit Apfel-Quark-Füllung (13542)
  (mit Süßungsmitteln)
- **Hähnchenoberkeule**
  in feiner Soße mit buntem Gemüse „naturell" und Gabelspaghetti (13756)

47205

Vorsuppen-Sortiment

- Fruchtige Tomatencremesuppe
- Champignoncremesuppe
- Blumenkohl-Brokkoli-Cremesuppe
- Schwäbische Flädlesuppe
- Klassische Ochsenschwanzsuppe
- Klare Festtagssuppe
- Feine Frühlingssuppe mit Nudeln
- Kartoffelcremesuppe mit Petersilie
- Erbsencremesuppe
- Brokkolicremesuppe
- Möhrencremesuppe
- Rinderkraftbrühe mit Eierstich

winVitalis – für spezielle Ernährungsanforderungen

Lecker und abwechslungsreich genießen – unser spezielles Kostformangebot winVitalis bietet eine Vielzahl köstlicher Gerichte, deren Rezepturen spezielle Kostformanforderungen erfüllen. winVitalis-Produkte bieten eine ideale Möglichkeit, sich auch in schwierigen Ernährungssituationen so weitgehend wie möglich natürlich zu ernähren.

Foto: **13874** Lachs in feiner Sahnesoße mit Brokkoli und Kartoffelpüree

PüreeMenüs

Mit Vitaminen und Calcium angereichert sowie mit einem hohen Kohlenhydratgehalt liefern die pürierten Menüs einen optimalen Beitrag zur Nährstoffversorgung auch bei Kau- und Schluckbeschwerden. Die Menüs sind nicht nur genauso köstlich wie alle anderen Menüs – dank ihrer speziellen Formgebung isst auch das Auge mit!

Feines Geflügel-Gemüseragout
mit Möhren-Steckrübengemüse und Kartoffelpüree

13850
3,6 BE
GE 455 g
FE 66 g

G Nährwerte pro Portion:
1.807 kJ/431 kcal, 18,4 g Fett (davon 3,7g gesättigte Fettsäuren), 43,4g Kohlenhydrate (davon 7,1g Zucker), 19,9g Eiweiß, 2,79g Salz, 3,6 BE

Klopse „Königsberger Art" aus
Rind- und Schweinefleisch mit feinen Möhren und Kartoffelpüree

13852
3,9 BE
GE 455 g
FE 68 g

G Nährwerte pro Portion:
2.214 kJ/530 kcal, 28,0 g Fett (davon 10,5g gesättigte Fettsäuren), 46,6g Kohlenhydrate (davon 11,5g Zucker), 19,4g Eiweiß, 2,50g Salz, 3,9 BE

Deftiger Schweinebraten in Soße mit Erbsen und Spätzle

13853
3,5 BE
GE 455 g
FE 75 g

G Nährwerte pro Portion:
2.283 kJ/547 kcal, 30,9 g Fett (davon 12,1g gesättigte Fettsäuren), 42,4g Kohlenhydrate (davon 6,9g Zucker), 21,7g Eiweiß, 2,52g Salz, 3,5 BE

Alaska-Seelachs in feiner Senfsoße dazu Spinat und Kartoffelpüree

13855
3,5 BE
GE 455 g
FE 75 g

G Nährwerte pro Portion:
2.027 kJ/484 kcal, 23,5 g Fett (davon 8,2g gesättigte Fettsäuren), 42,1g Kohlenhydrate (davon 10,1g Zucker), 22,6g Eiweiß, 2,08g Salz, 3,5 BE

Herzhafter Rinderbraten
in klassischer Soße, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree

13856
4,0 BE
GE 455 g
FE 77 g

G Nährwerte pro Portion:
2.068 kJ/494 kcal, 23,9 g Fett (davon 6,4g gesättigte Fettsäuren), 47,7g Kohlenhydrate (davon 8,8g Zucker), 19,0g Eiweiß, 2,27g Salz, 4,0 BE

Zartes Hähnchen in Sahnesoße
mit Spinat und Kartoffelpüree

13857
3,3 BE
GE 455 g
FE 55 g

G Nährwerte pro Portion:
2.414 kJ/579 kcal, 35,3 g Fett (davon 11,8g gesättigte Fettsäuren), 39,3g Kohlenhydrate (davon 10,1g Zucker), 22,8g Eiweiß, 2,32g Salz, 3,3 BE

Unsere PüreeMenüs können Sie auch im praktischen Karton mit sieben Menüs bestellen (Art.-Nr. 47417 und 47418).

Fragen Sie Ihren Menükurier danach.

Zartes Schweinegulasch
mit Äpfeln, dazu Rotkohl und Kartoffelpüree

13866
4,0 BE
GE 455 g
FE 82 g

G Nährwerte pro Portion:
2.174 kJ/520 kcal, 26,6 g Fett (davon 6,2g gesättigte Fettsäuren), 47,6g Kohlenhydrate (davon 11,8g Zucker), 19,4g Eiweiß, 2,40g Salz, 4,0 BE

Klassisches Rindergulasch
mit Möhrengemüse, dazu Spätzle

13870
3,5 BE
GE 455 g
FE 75 g

G Nährwerte pro Portion:
2.105 kJ/504 kcal, 27,4 g Fett (davon 12,3g gesättigte Fettsäuren), 41,4g Kohlenhydrate (davon 7,6g Zucker), 20,3g Eiweiß, 2,82g Salz, 3,5 BE

Lachs in feiner Sahnesoße
mit Brokkoli und Kartoffelpüree

13874
4,0 BE
GE 455 g
FE 71 g

G Nährwerte pro Portion:
2.064 kJ/493 kcal, 22,5 g Fett (davon 8,8g gesättigte Fettsäuren), 47,7g Kohlenhydrate (davon 11,3g Zucker), 21,6g Eiweiß, 2,10g Salz, 4,0 BE

Zarter Geflügelbraten in Soße
mit Brokkoli und Kartoffelpüree

13883
3,9 BE
GE 455 g
FE 58 g

G Nährwerte pro Portion:
1.790 kJ/426 kcal, 15,9 g Fett (davon 4,0g gesättigte Fettsäuren), 47,3g Kohlenhydrate (davon 6,3g Zucker), 20,7g Eiweiß, 2,80g Salz, 3,9 BE

Herzhafte Käsemakkaroni
mit Erbsen und Möhren

13887
4,3 BE
GE 445 g

G Nährwerte pro Portion:
2.168 kJ/518 kcal, 25,2 g Fett (davon 10,4g gesättigte Fettsäuren), 51,7g Kohlenhydrate (davon 13,4g Zucker), 16,6g Eiweiß, 2,24g Salz, 4,3 BE

Goldgelbes Omelette in Käse-soße mit Erbsen und Kartoffelpüree

13893
4,1 BE
GE 455 g

G Nährwerte pro Portion:
2.367 kJ/566 kcal, 30,6 g Fett (davon 11,6g gesättigte Fettsäuren), 49,1g Kohlenhydrate (davon 9,4g Zucker), 20,0g Eiweiß, 1,98g Salz, 4,1 BE

Herzhaftes Rindergulasch
mit Pastinakengemüse und Kartoffel-püree

13895
4,1 BE
GE 455 g
FE 77 g

G Nährwerte pro Portion:
2.170 kJ/518 kcal, 25,2 g Fett (davon 6,6g gesättigte Fettsäuren), 48,9g Kohlenhydrate (davon 6,0g Zucker), 20,4g Eiweiß, 2,60g Salz, 4,1 BE

Bunte Gemüseplatte in Käse-soße aus Brokkoli, Blumenkohl und Möhren, dazu Kartoffelpüree

13897
4,0 BE
GE 455 g

G Nährwerte pro Portion:
2.079 kJ/497 kcal, 24,8 g Fett (davon 11,4g gesättigte Fettsäuren), 48,4g Kohlenhydrate (davon 10,1g Zucker), 15,9g Eiweiß, 1,89g Salz, 4,0 BE

Salzreduzierte Menüs

Salzreduzierte Menüs bieten eine optimale Lösung für diejenigen, die die Kochsalz-Zufuhr im Essen reduzieren wollen. Mit köstlichen Kräutern verfeinert und mit nur ca. 2 g Kochsalz pro Menü sind die Gerichte ideal – z. B. bei erhöhtem Blutdruck.

Rinderbraten
in Soße mit grünen Bohnen und Kartoffeln

13808
2,5 BE
GE 470 g
FE 60 g

G Nährwerte pro Portion:
1.374 kJ/327 kcal, 9,7 g Fett (davon 2,4g gesättigte Fettsäuren), 30,5g Kohlenhydrate (davon 2,4g Zucker), 24,3g Eiweiß, 1,40g Salz, 2,5 BE

Kräuterfrikadelle vom Rind und Schwein in Rahmsoße mit Rosenkohl und Kartoffeln

13810
3,3 BE
GE 500 g
FE 100 g

E Nährwerte pro Portion:
1.945 kJ/465 kcal, 21,4 g Fett (davon 9,2g gesättigte Fettsäuren), 40,0g Kohlenhydrate (davon 6,7g Zucker), 21,3g Eiweiß, 1,12g Salz, 3,3 BE

Hähnchenbrust in Senfsoße
mit buntem Gemüse und Hörnchennudeln

13811
2,9 BE
GE 440 g
FE 70 g

E Nährwerte pro Portion:
1.503 kJ/358 kcal, 11,2 g Fett (davon 3,2g gesättigte Fettsäuren), 34,3g Kohlenhydrate (davon 7,7g Zucker), 25,6g Eiweiß, 1,39g Salz, 2,9 BE

Rahmgulasch vom Rind
mit Apfelrotkohl und Spätzle

13812
3,7 BE
GE 450 g
FE 60 g

F Nährwerte pro Portion:
1.902 kJ/453 kcal, 17,7 g Fett (davon 4,9g gesättigte Fettsäuren), 43,9g Kohlenhydrate (davon 10,0g Zucker), 27,0g Eiweiß, 0,73g Salz, 3,7 BE

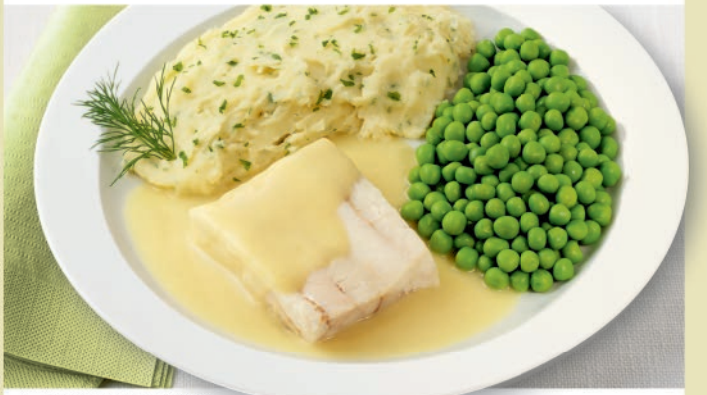
Schweinebraten
in Soße mit Blumenkohlgemüse und Stampfkartoffeln

13816
2,9 BE
GE 500 g
FE 60 g

F Nährwerte pro Portion:
1.720 kJ/411 kcal, 17,9 g Fett (davon 4,1g gesättigte Fettsäuren), 34,2g Kohlenhydrate (davon 4,1g Zucker), 23,9g Eiweiß, 2,08g Salz, 2,9 BE

Alaska-Seelachsschnitte
in Senfsoße mit Erbsen und Stampfkartoffeln

13817
4,0 BE
GE 580 g
FE 120 g [1]



F Nährwerte pro Portion:
2.384 kJ/569 kcal, 25,3 g Fett (davon 5,3g gesättigte Fettsäuren), 47,4g Kohlenhydrate (davon 13,6g Zucker), 32,1g Eiweiß, 2,45g Salz, 4,0 BE

Kabeljaufilet in Kräutersoße
dazu Brokkoli und Stampfkartoffeln

13820
2,4 BE
GE 500 g
FE 75 g [1]

G Nährwerte pro Portion:
1.415 kJ/338 kcal, 12,9 g Fett (davon 4,0g gesättigte Fettsäuren), 29,1g Kohlenhydrate (davon 5,4g Zucker), 20,6g Eiweiß, 1,85g Salz, 2,4 BE

Hähnchenhappen aus Hähnchenbrust-Formfleisch in cremiger Champignonsoße, dazu Pariser Karotten mit grünen Bohnen und Reis

13821
4,1 BE
GE 485 g
FE 75 g

E Nährwerte pro Portion:
1.881 kJ/448 kcal, 14,5 g Fett (davon 5,5g gesättigte Fettsäuren), 48,9g Kohlenhydrate (davon 5,6g Zucker), 25,6g Eiweiß, 1,70g Salz, 4,1 BE

Schweinegulasch
mit Möhren „naturell" und Kartoffeln

13831
2,8 BE
GE 450 g
FE 60 g

F Nährwerte pro Portion:
1.316 kJ/313 kcal, 7,1 g Fett (davon 2,0g gesättigte Fettsäuren), 33,6g Kohlenhydrate (davon 6,9g Zucker), 23,4g Eiweiß, 0,72g Salz, 2,8 BE

Kräuterfrikadelle vom Rind und Schwein in Champignonsoße mit Spinat und Petersilienkartoffeln

13834
3,2 BE
GE 510 g
FE 100 g

E Nährwerte pro Portion:
2.034 kJ/487 kcal, 24,9 g Fett (davon 7,7g gesättigte Fettsäuren), 38,7g Kohlenhydrate (davon 1,8g Zucker), 21,3g Eiweiß, 2,24g Salz, 3,2 BE

Geschnittenes Kalbfleisch
in Sahnesoße mit Kohlrabi und Stampfkartoffeln

13840
3,1 BE
GE 530 g
FE 60 g

G Nährwerte pro Portion:
1.939 kJ/464 kcal, 23,3 g Fett (davon 6,8g gesättigte Fettsäuren), 37,2g Kohlenhydrate (davon 6,8g Zucker), 22,1g Eiweiß, 2,07g Salz, 3,1 BE

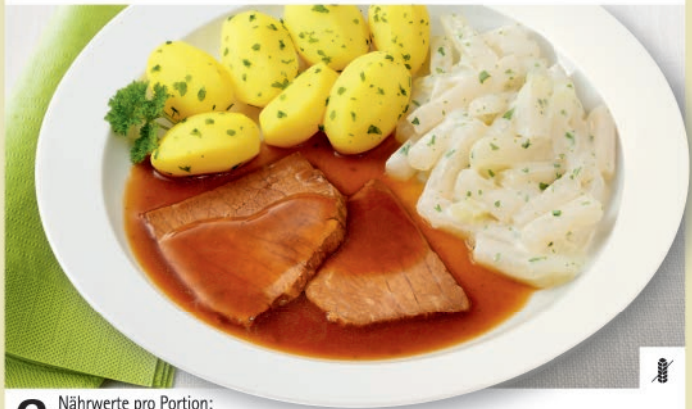
Schweinebraten in Champignonsoße mit Rote Bete und Salzkartoffeln

13842
3,7 BE
GE 480 g
FE 60 g

F Nährwerte pro Portion:
1.565 kJ/372 kcal, 9,7 g Fett (davon 2,5g gesättigte Fettsäuren), 44,3g Kohlenhydrate (davon 15,9g Zucker), 22,2g Eiweiß, 0,95g Salz, 3,7 BE

Rinderbraten in Bratensoße
mit Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln

13843
2,7 BE
GE 470 g
FE 60 g



G Nährwerte pro Portion:
1.415 kJ/337 kcal, 10,6 g Fett (davon 3,1g gesättigte Fettsäuren), 32,3g Kohlenhydrate (davon 4,1g Zucker), 24,5g Eiweiß, 1,44g Salz, 2,7 BE

Spaghetti „Bolognese"

13848
6,3 BE
GE 460 g
FE 50 g

B Nährwerte pro Portion:
2.325 kJ/552 kcal, 15,8 g Fett (davon 4,4g gesättigte Fettsäuren), 75,1g Kohlenhydrate (davon 8,9g Zucker), 24,4g Eiweiß, 1,48g Salz, 6,3 BE

Die salzreduzierten Menüs bieten wir auch im praktischen Karton zum Bestellen an (Art.-Nr. 47280 und 47281).

Fragen Sie einfach Ihren Mahlzeitendienst.

Hochkalorische Suppen

Für ein Plus an Energie

Mangelernährung im Alter stellt ein zunehmend relevantes Problem dar. Die hochkalorischen winVitalis-Suppen – mit viel Energie, hochwertigem Eiweiß, Vitaminen und Calcium angereichert – bieten die ideale Lösung bei Mangelernährung und deren Vorbeugung. Als warme Mahlzeit serviert, wecken der Duft und der pikante, herzhafte Geschmack den Appetit.

Zwölf winVitalis Hochkalorische Suppen im Vorrats-Sortiment 47999

Anzahl		GE	FE	kJ	kcal	Fett	davon ges. Fettsäuren	Kohlenhydrate	Zucker	Eiweiß	Salz
2x	Karottencremesuppe	160 g	–	948	228	16,0	6,1	10,6	6,7	9,1	1,63
2x	Spargelcremesuppe	160 g	–	932	225	16,1	5,9	6,9	2,8	9,4	1,62
2x	Brokkolicremesuppe	160 g	–	844	203	15,6	6,1	4,7	1,5	9,9	1,48
1x	Geflügelcremesuppe	160 g	15	809	195	14,7	6,1	5,8	1,4	9,0	1,78
1x	Kalbscremesuppe	160 g	20	949	229	18,7	7,2	4,9	1,8	9,4	1,57
2x	Erbsencremesuppe	160 g	–	1.096	264	20,5	9,2	8,8	3,5	9,3	1,40
2x	Pilzcremesuppe	160 g	–	882	213	17	7,2	4,7	1,8	9,2	1,40

Nährwertangaben pro Portion

Tiefkühlfrisch, weil's frischer ist!

Tiefkühlung ist der natürlichste und sicherste Weg, wertvolle Inhaltsstoffe zu bewahren. Darüber hinaus haben tiefkühlfrische Menüs für Sie entscheidende Vorteile:

- Sie sind zeitlich unabhängig, denn Sie bestimmen selbst, wann Sie essen möchten.
- Sie haben einen leckeren Vorrat, der lange frisch bleibt.
- Sie können auch im Winter Sommergemüse voller Vitamine und Nährstoffe genießen.

Unsere hochwertigen Menüs und Menükomponenten werden aus frischen, hochwertigen Zutaten von unseren Köchen zubereitet und sind bereits teilgegart und schonend tiefgefroren. Durch schnelles Tiefgefrieren der Menüs auf – 18 °C wird der Kochvorgang unterbrochen. So bleiben die wertvollen Vitamine und Nährstoffe optimal erhalten. Für die Mehrzahl unserer Produkte gilt, dass diese vor dem Verzehr noch zubereitet werden müssen. Genaue Hinweise für jedes einzelne Produkt finden Sie auf der jeweiligen Produktverpackung. Sie kochen jedes Menü durch einfaches Erhitzen zur gewünschten Zeit im Handumdrehen zu Ende.

Lagerung der Menüs

Alle Menüs sind in der porzellanweißen Menüschale optimal frischeversiegelt. Wir sorgen für eine lückenlose Tiefkühlkette bis zur Anlieferung bei Ihnen zu Hause. Bitte lagern Sie die Menüs sofort nach der Anlieferung in Ihrem Gefrierschrank oder im 3-Sterne-Fach Ihres Kühlschranks.

Die Lagertemperatur bei – 18 °C garantiert, dass die Menüs über Monate ihren guten Geschmack und bestes Aussehen behalten. Bitte beachten Sie dazu auch die angegebene Mindesthaltbarkeitsdauer auf dem Menü-Etikett.

Wir vermitteln Ihnen gerne auch eine Tiefkühl-Box.

Falls Sie keine Möglichkeit zur Lagerung haben, melden Sie sich bei uns oder fragen Sie Ihren Menükurier nach einer Tiefkühl-Box. Maße: 435 x 498 x 483 mm (B x H x T), max. Kapazität: 14 apetito Menüschalen und 5 apetito Vorsuppen.

Und so leicht geht's mit apetito MikroFix

Fragen Sie uns nach der Mikrowelle mit „Geling-Garantie"!

Für fast alle apetito Menüs ist die optimale Zubereitung in der MikroFix einprogrammiert. Auf Tastendruck wird dann jedes Menü genau richtig zubereitet.
Nährstoffe und Vitamine bleiben bestens erhalten.

- Jedes mikrowellengeeignete Menü ist getestet und gelingt garantiert! In durchschnittlich 15 Minuten ist alles fertig.
- Durch die schonende Zubereitung schmeckt alles wie frisch gekocht!
- Auch Suppen und Desserts können Sie im Handumdrehen genießen.

Wichtig!

Geben Sie die Menüs immer im tiefgekühlten Zustand in die Mikrowelle, das Servtherm-Gerät oder in den Backofen!

Mit der MikroFix haben Sie die Sicherheit, dass Sie ohne großen eigenen Aufwand immer hervorragende Menü-Qualität genießen.

Natürlich können Sie die MikroFix auch wie ein handelsübliches Standard-Mikrowellengerät einsetzen.

TÜVRheinland® ZERTIFIZIERT
Anwendungsfreundlich
Benutzergetestet
www.tuv.com
ID 0000042692

Maße: 520 x 305 x 422 mm (B x H x T)
Inhalt: 26 l Garinnenraum
Gewicht: ca. 15,5 kg

apetito MikroFix

Die Zubereitung in der und in der Mikrowelle

apetito MIKROFIX

1

Tauen Sie die Schale vor der Zubereitung nicht auf oder an.
Öffnen Sie die tiefgekühlte Menüschale ein Stück an den Ecken.

2

Ziehen Sie dabei die Folie nach oben und dann wieder zurück bis leicht unter den Rand.

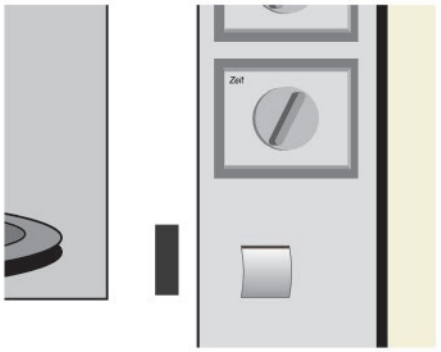
3

Stellen Sie das tiefgekühlte Menü auf den Glasteller oder auf einen umgedrehten Suppenteller in die Mikrowelle.
Nur bei Vorsuppen: Stechen Sie die Folie der Schale mit einer Gabel ein, damit der entstehende Dampf besser entweichen kann.

4

Zubereitung in der MikroFix

Beachten Sie die Zahlenfolge auf dem Menü-Etikett. Geben Sie diese an der MikroFix ein. Das gewählte Programm erscheint zur Kontrolle in der Anzeige (z. B.: „P 24“). Schließen Sie die Tür und drücken Sie die Start-Taste. Die Zubereitungszeit wird angezeigt.



Zubereitung in einer Standard-Mikrowelle

Zubereitungszeit (bei 800 Watt)

- Menüs = 10 – 15 Minuten
- Fischmenüs = ca. 15 Minuten (ausgenommen panierte Fischmenüs = ca. 13 Minuten)
- Pfannkuchen und Süßspeisen = 5 – 8 Minuten
- Vorsuppen = 5 – 6 Minuten

Bei einer Mikrowelle mit einer anderen Geräteleistung als 800 Watt verkürzen bzw. verlängern sich die angegebenen Zubereitungszeiten entsprechend.

5

Wenn das Menü fertig ist, ertönt ein Signalton und das Gerät schaltet sich automatisch ab. Lassen Sie das Menü noch einen Moment im Gerät stehen. Dann können Sie es entnehmen.

Zum Öffnen der heißen Menüschale zwei Eckzipfel vom unteren Schalenrand lösen, nach oben über die Ecken ziehen und die Folie diagonal zur Schale flach abziehen. Danach alles mit der Gabel leicht auflockern bzw. umrühren und genießen.

Und so leicht geht's mit apetito Servtherm plus

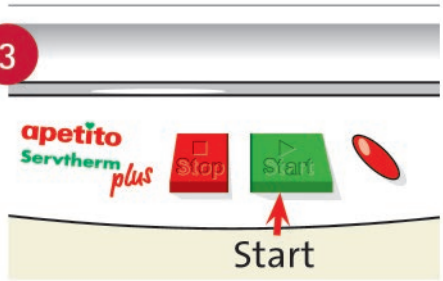
Menükorb auf das Geräteunterteil aufsetzen und kaltes Wasser hineinfüllen: Menü = 3 Messbecher

Ausnahmen:

- panierte Menüs, Fischmenüs, Pfannenmenüs = 3½ Messbecher
- Vorsuppen = 2 Messbecher
- Pfannkuchen = 4 Messbecher

Die verschlossene, tiefgekühlte Menüschale in den Menükorb einhängen. Bei Suppen setzen Sie zuvor den Vorsuppen-Einlegerahmen mit ovalem Ausschnitt auf den Menükorb.

Den Servtherm-Deckel zum Erhitzen bitte nicht auflegen, dieser kann auch als Serviertablett genutzt werden.



Grüne Start-Taste betätigen – die Kontrolllampe leuchtet auf.

VORSICHT: Das Gerät wird heiß. Aus dem Einlegerahmen bzw. aus dem Menükorb entweicht Wasserdampf!

Mit der STOP-Taste (rot) können Sie den Aufheizprozess jederzeit unterbrechen.

Nach 50 – 55 Min. (bei Vorsuppen nach 25 – 30 Min.) ist die Zubereitung beendet. Ein Summton ertönt. Das Gerät schaltet sich automatisch aus.

ACHTUNG HEIßES WASSER!
Um Verbrühungen zu vermeiden, lassen Sie das Gerät nach Gebrauch abkühlen, bevor Sie das Wasser abgießen.

Menükorb mit Menü bzw. Einlegerahmen mit Suppe entnehmen und auf das Tablett setzen. Verschlussfolie entfernen und auf einem Tuch abtropfen lassen. Schale entnehmen und auf das Serviertablett setzen.

Zum Öffnen der heißen Menüschale zwei Eckzipfel vom unteren Schalenrand lösen, nach oben über die Ecken ziehen und die Folie diagonal zur Schale flach abziehen. Danach alles mit der Gabel leicht auflockern bzw. umrühren und genießen.

Tipp: Alle 1 – 2 Wochen je nach Bedarf zur Entkalkung Essigwasser im Gerät erhitzen. Nach dem Erhitzen Gerät ausschalten, Netzstecker ziehen, Essigwasser vorsichtig abgießen und das Gerät mit einem feuchten Tuch reinigen.

Verwendung eines Haushaltsbackofens

Backofen auf 150 °C vorheizen. Die tiefgekühlte, verschlossene Menü- oder Suppenschale auf den Rost (mittlere Schiene) stellen.

Menüschale:

Ober- und Unterhitze:
55 – 60 Minuten
bei 150 °C erhitzen.

Umluft:
45 – 50 Minuten
bei 150 °C erhitzen.

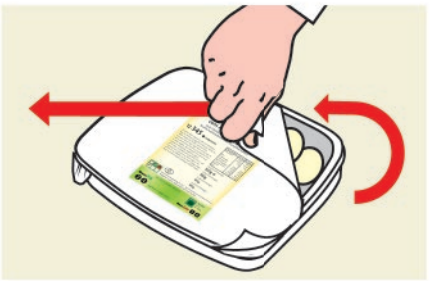
Suppenschale:

Ober- und Unterhitze:
30 – 35 Minuten
bei 150 °C erhitzen.

Umluft:
20 – 25 Minuten
bei 150 °C erhitzen.

Öffnen der heißen Menüschale

Zwei Eckzipfel vom unteren Schalenrand lösen und nach oben über die Ecken ziehen. Danach die Folie diagonal zur Schale flach abziehen.



Zubereitungshinweise

Die Zubereitung von Desserts und Salaten

Desserts und Salate vor dem Verzehr über Nacht im Kühlschrank oder ca. 4 – 5 Stunden bei Zimmertemperatur auftauen und direkt verzehren.

Auftauhinweise zu Cremeschnitten und Kuchen

Cremeschnitten aus der Verpackung nehmen und auf eine feste Unterlage stellen. Die Auftauzeit beträgt im Kühlschrank ca. 3 – 4 Stunden und bei Zimmertemperatur ca. 1,5 – 2 Stunden.

Nachmittagskuchen vor dem Verzehr über Nacht im Kühlschrank oder ca. 3 Stunden bei Zimmertemperatur auftauen und direkt verzehren.

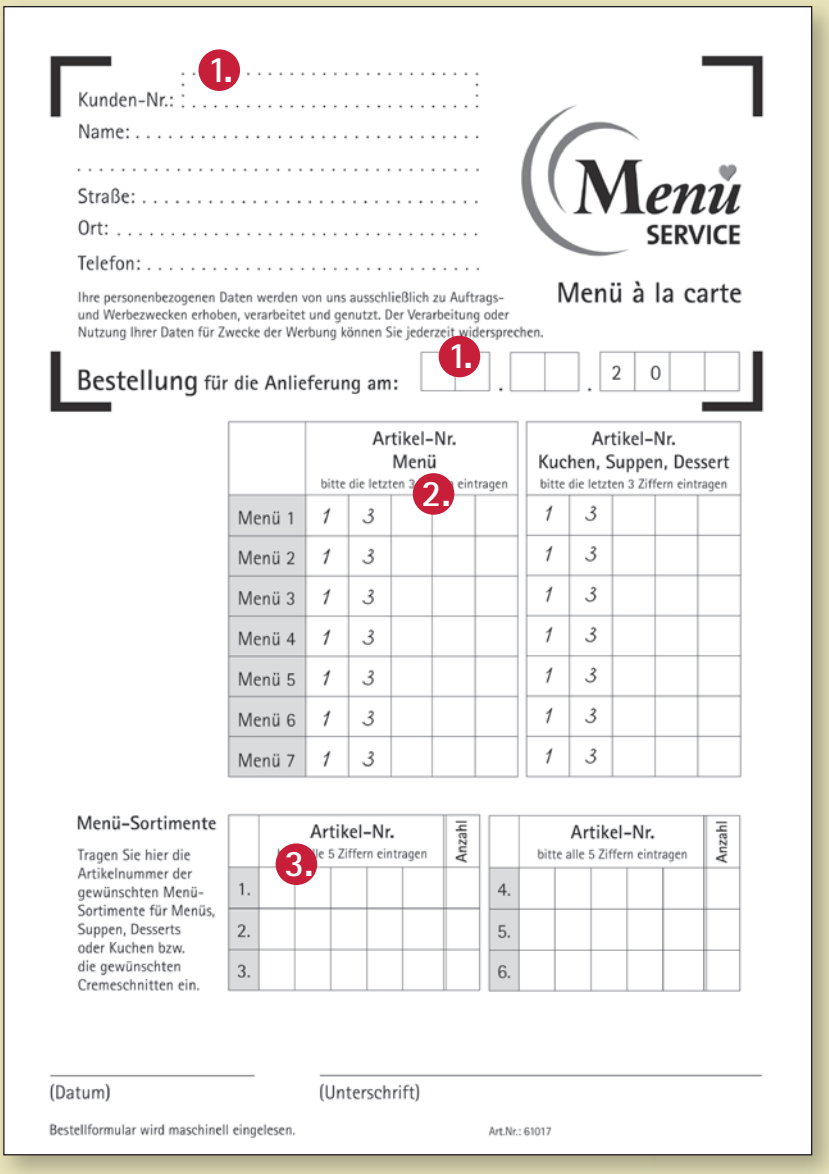
So einfach bestellen Sie Ihre Menüs

1. Tragen Sie Ihre Kundendaten (soweit bekannt, auch die Kunden-Nummer) und das Datum der gewünschten Anlieferung ein.

2. Wählen Sie aus dem Katalog, was Ihnen schmeckt. Tragen Sie einfach die Artikel-Nummer der à la carte-Menüs, Kuchen und Suppen ein.

3. Wenn Sie ein Menü-Sortiment wünschen, tragen Sie hier die Artikel-Nummer des Menü-Sortiments ein.

4. Geben Sie den ausgefüllten Bestellschein einfach bei Ihrem Menükurier ab. Zusätzliche Bestellscheine erhalten Sie ebenfalls von ihm.



Kunden-Nr.: 1.

Name:

Straße:

Ort:

Telefon:

Menü SERVICE

Menü à la carte

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken erhoben, verarbeitet und genutzt. Der Verarbeitung oder Nutzung Ihrer Daten für Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen.

Bestellung für die Anlieferung am: 1. . . 20

	Artikel-Nr. Menü bitte die letzten 3 Ziffern eintragen 2.	Artikel-Nr. Kuchen, Suppen, Dessert bitte die letzten 3 Ziffern eintragen
Menü 1	1 3	1 3
Menü 2	1 3	1 3
Menü 3	1 3	1 3
Menü 4	1 3	1 3
Menü 5	1 3	1 3
Menü 6	1 3	1 3
Menü 7	1 3	1 3

Menü-Sortimente

Tragen Sie hier die Artikelnummer der gewünschten Menü-Sortimente für Menüs, Suppen, Desserts oder Kuchen bzw. die gewünschten Cremeschnitten ein.

	Artikel-Nr. bitte alle 5 Ziffern eintragen 3.	Anzahl		Artikel-Nr. bitte alle 5 Ziffern eintragen	Anzahl
1.			4.		
2.			5.		
3.			6.		

(Datum) (Unterschrift)

Bestellformular wird maschinell eingelesen. Art.Nr.: 61017

Wenn Sie Unterstützung beim Ausfüllen des Bestellscheines benötigen, wenden Sie sich an Ihren Menükurier oder rufen Sie bei Ihrem Menüservice an.

Art.-Nr.: 61003

FSC
www.fsc.org
MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C011124

apetito