Ihr **Menüservice** mit Herz

Mein Menü à la carte



Wir bringen Ihnen den Genuss ins Haus

Den Tisch gemeinsam bunter denken ____ 4

winVitalis – für besondere Ernährungsanforderungen ____ 5

Kostform-Informationen ____ 6 – 8

Alles auf einen Blick ____ 9

Vegetarisch – immer beliebter ____ 10 – 11

Vorsuppen ____ 12 – 15

Hauptgerichte
- Fleischgerichte ____ 16 – 39
- Fischgerichte ____ 40 – 44
- Spezialitäten ____ 45 – 49
- Gemüseküche ____ 50 – 54
- Eintöpfe ____ 55 – 58
- Süße Menüs ____ 59 – 61

einfachLECKER ____ 62 – 67

Desserts ____ 68 – 71

Cremeschnitten und Kuchen ____ 72 – 73

Menü-Sortimente ____ 74 – 81

Genuss auf Vorrat ____ 82

Zubereitung leicht gemacht
- apetito MikroTop Pro ____ 83 – 84
- Standard-Mikrowelle ____ 84
- Haushaltsbackofen ____ 85
- Öffnen der heißen Menüschale ____ 85
- Zubereitung der kalten Speisen ____ 85

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.

- Angepasste Vollkost
- Zuckerarm

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

Empfohlen wird die Zubereitung im Backofen, da es kein Zubereitungsprogramm für die MikroTop Pro von apetito gibt.

- vegetarisch
- vegan

Mit Zutaten vom:
- Schwein
- Rind
- Geflügel
- Fisch

- mit Alkohol
- ohne Gluten, lt. Rezeptur
- ohne Laktose, lt. Rezeptur
- Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und mind. 1 kcal/g
- Ⓐ mit Antioxidationsmittel
- Ⓝ mit Nitritpökelsalz
- Ⓢ mit Süßungsmittel(n)
- ⓏⓈ mit Zucker(n) und Süßungsmittel(n)

G Gluten
namentlich:
G1 Weizen
G3 Gerste
K Krebstiere
Ei Eier
Fi Fische
E Erdnüsse
Sb Soja
M Milch (einschl. Laktose)
Me Milcheiweiß
La Laktose
Sf Schalenfrüchte
namentlich:
Sf1 Mandeln
Sf2 Haselnüsse
S Sellerie
Sn Senf
Se Sesam
Sd Schwefeldioxid und Sulfite (> 10 mg/kg oder 10 mg/l)

() kann Spuren enthalten von ...

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

Wir sind Ihr Menüservice mit Herz



„Ich mag es, im Katalog zu blättern und mir meine Lieblingsmenüs auszusuchen. Die schmecken mir richtig gut.“

Claus Meier
Menü à la carte-Kunde

Schieben Sie das Einkaufen und Kochen ruhig mal zur Seite und genießen Sie stattdessen unsere Mittagsmenüs ganz bequem und ohne großen Aufwand zu Hause. Die Auswahl ist groß und abwechslungsreich. Unsere freundlichen Menükuriere bringen Ihnen Ihr Wunschgericht ins Haus.

Falls Sie Fragen haben oder eine spezielle Ernährungsform beachten müssen, sprechen Sie uns gerne an.

Unsere Menüs stammen aus der bewährten Küche von apetito, wo sie mit viel Hingabe und Erfahrung gekocht werden.

Weil jeder Geschmack anders ist, haben die Köchinnen und Köche von apetito ein besonders umfangreiches Rezeptbuch zusammengestellt: ob klassisch oder modern, herzhaft oder süß. Hier ist für jeden etwas dabei.

Das Besondere: Direkt nach dem Kochen werden die Menüs schockgefrostet. Bei Ihnen zu Hause werden sie ganz einfach zu Ende gegart. Entweder in der haushaltsüblichen Mikrowelle oder dem Backofen. Oder Sie entscheiden sich für die besonders komfortable Zubereitung in der apetito MikroTop Pro. Mehr dazu auf Seite 83.

Beste Menüqualität von apetito

Guten Appetit!

Bestellbar ab 15.06.2026

Genussvielfalt für jeden Tag – à la carte



Wählen Sie aus über 200 leckeren Menüs Ihre Lieblingsgerichte!

Probieren Sie doch mal unser goldgelbes Eieromelette in Käsesoße mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Stampfkartoffeln **Art.-Nr.: 13554**

PREIS FÜR LANGJÄHRIGE PRODUKT QUALITÄT DLG.org/plp

Ausgezeichnete Menüqualität!

Allein in den letzten 10 Jahren sind zahlreiche der Menüs von apetito von der DLG, der Deutschen Landwirtschafts-Gesellschaft e. V., für ihre hervorragende Qualität prämiert worden. Auch in Zukunft steht apetito für höchste Standards, die regelmäßig geprüft werden.

apetito Initiative



Gemeinsam Verantwortung übernehmen

Gutes Essen ist ein Stück Lebensqualität – es soll schmecken, Freude bereiten und guttun. Genau das liegt auch den Profis aus der Küche von apetito am Herzen. Wir möchten Ihnen täglich leckere und abwechslungsreiche Mahlzeiten bieten, die nicht nur den Gaumen, sondern auch das Gewissen erfreuen. Leckeres Essen ist ein wichtiger Bestandteil unseres Alltags. Doch heute achten viele von uns nicht nur auf den Geschmack, sondern auch darauf, woher unsere Mahlzeiten kommen.

Mit der Initiative „Den Tisch gemeinsam bunter denken" möchte apetito Sie einladen, neue Wege zu gehen, die Vielfalt der Küche zu entdecken und bewusst auszuwählen, was Ihnen guttut. Vegetarische Gerichte können genauso lecker und abwechslungsreich sein.

In diesem Katalog finden Sie in den Kategorien „Gemüseküche" und „Spezialitäten" köstliche Alternativen, die Genuss und Abwechslung auf ganz eigene Weise bieten.

Das Ziel ist es, für jeden Geschmack passende Angebote zu schaffen – mit einer breiten Auswahl, die Lust auf Neues macht und den Alltag bereichert. Dabei geht es uns darum, Orientierung zu geben, Inspiration zu bieten und Ihnen zu zeigen, wie vielfältig moderne Küche heute sein kann.

Alles erfahren Sie auf:
apetito.de/bunter-denken

WINVITALIS

by apetito

Genuss kennt keine Einschränkungen,
GENUSS IST FÜR ALLE DA



Gutes Essen ist mehr als reine Nahrungsaufnahme. Es steht für Lebensqualität, Teilhabe, Genuss und Freude am Essen. Auch dann, wenn spezielle Ernährungsbedürfnisse berücksichtigt werden müssen, wie zum Beispiel eine konsistenzveränderte Kost.

Bei winVitalis haben die Köchinnen und Köche von apetito mehr als 20 Jahre Erfahrung im Bereich der Sonderkost. Menschen, die auf pürierte oder zerkleinerte Mahlzeiten angewiesen sind, können mit den winVitalis-Menüs ein Stück Normalität und Lebensfreude zurückgewinnen.

Neben vielfältigen Mittagsmahlzeiten finden Sie bei winVitalis auch pürierte Brote, Salate und Snacks für Zwischenmahlzeiten – für mehr Abwechslung und Genuss im Alltag.

Bild: Zerkleinertes Hähnchensteak in Currysoße, dazu Erbsen und feine Nudeln (Art.-Nr. 12416)



So individuell wie Sie: Unsere Kostformangebote

Sie möchten sich bewusst ernähren? Wir machen es Ihnen leicht. Bei uns hat jedes Menü eine Kennzeichnung. Dadurch können Sie Kostformeignungen ganz einfach erkennen.

Große Auswahl für jede Ernährungsform

Unabhängig davon, welche Kostformen Sie bevorzugen – in diesem Menüauswahl-Katalog erwartet Sie eine abwechslungsreiche Vielfalt:

- Vollkost-Menüs
- Angepasste Vollkost
- Vegetarische Menüs
- Zuckerarme Menüs
- Menüs ohne Gluten, laut Rezeptur
- Menüs ohne Laktose, laut Rezeptur
- Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und mind. 1 kcal/g

Alle Produktinformationen nach der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) gibt es unter www.apetito.de/Artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden.

Alle Vorsuppen und Hauptgerichte werden vom Küchenteam von apetito in Rheine aus hochwertigen Zutaten zubereitet. Trotz sorgfältiger Qualitätsprüfung können in sehr seltenen Fällen Kerne (Speisen mit Steinobst), Gräten (Speisen mit Fisch) oder Knochen (Fleischgerichte) in den Menüs enthalten sein. Bei den verwendeten Rezepturen handelt es sich um beliebte, teilweise auch regionaltypische Spezialitäten.



Dr. Doris Becker
Leiterin apetito Ernährungswissenschaft und -beratung

Angepasste Vollkost

Die Menüs sind mild gewürzt, schonend zubereitet und enthalten keine schwer verträglichen Zutaten.

Zuckerarme Menüs

Zuckerarme Menüs enthalten max. 5 g Zucker/100 g.

Vegetarische Menüs

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

Vegane Menüs

Dieses Pflanzensymbol steht für veganen Genuss - ohne tierische Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Eier und/oder Milchprodukte.

Unverträglichkeiten

Häufige Auslöser von Lebensmittelunverträglichkeiten sind z. B. Gluten oder Laktose. Die Menüs, die laut Rezeptur kein Gluten oder keine Laktose enthalten, haben wir gekennzeichnet.

Die kennzeichnungspflichtigen Allergene oder Spuren sind als Kürzel unter dem Menübild zu finden.

Dieses Piktogramm kennzeichnet Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und mind. 1 kcal/g. Besonders im Alter ist es wichtig, auf eine ausreichende Eiweißzufuhr zu achten.



Beratung bei individuellen Ernährungsanforderungen

Wir möchten jedem ermöglichen, das Essen zu genießen. Bei besonderen Anforderungen unterstützt Sie die apetito Ernährungsberatung. Wir bieten Ihnen Menülisten und Informationen, die ganz individuell auf Ihre Ernährungsbedürfnisse abgestimmt sind, wie z. B.:

- Menüs mit Angaben von Kalium und Phosphor
- leicht zu kauende Menüs
- ohne Knoblauch
- ohne Paprika



Theresa Pieper
Ökotrophologin
in der apetito
Ernährungsberatung

So sehen Sie alles auf einen Blick

Artikelnummer

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

Preisklasse

EL, A, B, C, D, E, F, G
Falls die Menüs nach Preisklassen angeboten werden.



Panierter Alaska-Seelachs
(aus zertifiziertem Fischfang) mit Erbsen und Möhren in Buttersoße, dazu Frühlingspüree

Nährwerte pro Portion: 2.695 kJ/646 kcal, 37 g Fett (davon 9,5 g gesättigte Fettsäuren), 45 g Kohlenhydrate (davon 7,1 g Zucker), 27 g Eiweiß, 3,3 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S

FE 175 g[1)] GE 445 g

Kostforminformation

FE = Fleisch- oder Fischeinwaage, auch paniert
GE = Gesamteinwaage

Piktogramme und Allergenhinweise

Erklärung zu Allergenen und Piktogrammen finden Sie auf dem Klapper der Umschlagseite.

Nährwerte pro Menü

Angaben gelten für eine Menüschale.

MSC-C-51654, Der Fisch in diesem Produkt wurde nach den Kriterien des MSC-Umweltstandards gefangen.
msc.org

ASC-C-00177,
ASC-zertifiziert gezüchteter Fisch und Meeresfrüchte.
www.asc-aqua.org

Menüs mit diesem Symbol sind nicht für eine Zubereitung in der MikroTop Pro geeignet. Verwenden Sie alternativ einen Haushaltsbackofen.

>25 g Eiweiß

Das Menü enthält mind. 25 g Eiweiß und mind. 1 kcal/g.



Beliebte Fischgerichte

Unsere Fischgerichte bringen Abwechslung auf den Teller: ob als Lachs, Scholle oder Kap-Seehecht. Fisch schmeckt köstlich – entdecken Sie die Vielfalt unserer maritimen Fischgerichte.

Foto: Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße, dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse
(Art.-Nr.: 13417, S. 42)

13402

E



Panierter Alaska-Seelachs mit Kräuterfüllung

(aus zertifiziertem Fischfang), dazu Romanesco, Blumenkohl und Brokkoli in Soße und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 2.294 kJ/547 kcal, 21 g Fett (davon 4,7 g gesättigte Fettsäuren), 63 g Kohlenhydrate (davon 5,4 g Zucker), 21 g Eiweiß, 4,0 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, Sn

FE 150 g[1)] GE 490 g

13407

E



Seelachs in Kräutermarinade

(aus zertifiziertem Fischfang) dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 1.432 kJ/342 kcal, 11 g Fett (davon 1,3 g gesättigte Fettsäuren), 30 g Kohlenhydrate (davon 5,0 g Zucker), 24 g Eiweiß, 4,6 g Salz

Allergenhinweise: Fi

FE 150 g[1)] GE 520 g

Was steckt hinter den Siegeln?

Alle Menüs mit Fisch und Meeresfrüchten sind MSC- oder ASC-zertifiziert. Damit unterstützt apetito zertifizierten Fischfang und zertifizierte Aquakultur. Mehr Informationen dazu finden Sie hier:

www.msc.org/de und www.asc-aqua.org



13408

B



Gebratene Fischfrikadelle

(aus zertifiziertem Fischfang) an cremigem Spinat und Frühlingspüree

Nährwerte pro Portion: 2.229 kJ/534 kcal, 30 g Fett (davon 4,1 g gesättigte Fettsäuren), 47 g Kohlenhydrate (davon 6,9 g Zucker), 14 g Eiweiß, 3,6 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La

FE 75 g[1)] GE 450 g

13410

asc

E



Gedünstetes Lachsfilet

(aus zertifizierter Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße an cremigem Spinat und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 2.254 kJ/540 kcal, 30 g Fett (davon 8,5 g gesättigte Fettsäuren), 39 g Kohlenhydrate (davon 8,3 g Zucker), 23 g Eiweiß, 3,8 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S

FE 80 g[1)] GE 500 g

13417

E



Filetstücke vom Kabeljau in Tomatensoße

(aus zertifiziertem Fischfang), dazu eine Reis-Wildreis-Kombination mit Gemüse

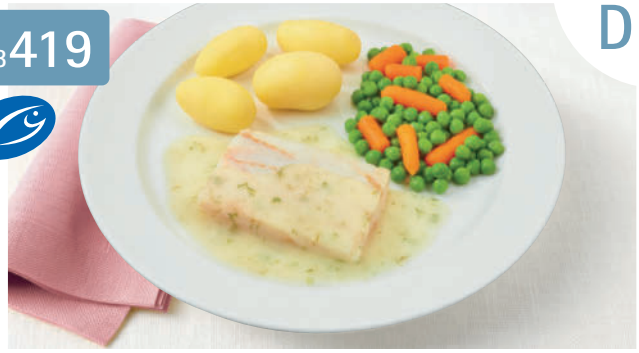
Nährwerte pro Portion: 1.919 kJ/458 kcal, 19 g Fett (davon 3,8 g gesättigte Fettsäuren), 46 g Kohlenhydrate (davon 5,3 g Zucker), 23 g Eiweiß, 3,6 g Salz

Allergenhinweise: Fi, M, Me, La

FE 100 g[1] GE 450 g

13419

D



Alaska-Seelachsschnitte

(aus zertifiziertem Fischfang) in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 1.396 kJ/332 kcal, 9,3 g Fett (davon 3,9 g gesättigte Fettsäuren), 32 g Kohlenhydrate (davon 9,0 g Zucker), 26 g Eiweiß, 3,2 g Salz

Allergenhinweise: Fi, M, Me, La, S, Sn

FE 120 g[1] GE 450 g

13475

E

Besonders beliebt



Gedünsteter Alaska-Seelachs

(aus zertifiziertem Fischfang) in feiner Dill-Rahmsoße mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 1.632 kJ/389 kcal, 17 g Fett (davon 5,1 g gesättigte Fettsäuren), 38 g Kohlenhydrate (davon 6,2 g Zucker), 18 g Eiweiß, 3,7 g Salz

Allergenhinweise: Fi, M, Me, La, S, Sn

FE 70 g[1] GE 460 g

13420

F



Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße

(aus zertifiziertem Fischfang) dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 1.594 kJ/380 kcal, 13 g Fett (davon 7,5 g gesättigte Fettsäuren), 40 g Kohlenhydrate (davon 8,4 g Zucker), 21 g Eiweiß, 3,1 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

FE 100 g[1] GE 490 g

13421

E



Seelachsfilet

(aus zertifiziertem Fischfang) in einer Tomatensoße „mediterraner Art" mit Grill-Gemüse, dazu Kartoffelwürfel

Nährwerte pro Portion: 1.558 kJ/370 kcal, 8,8 g Fett (davon 1,0 g gesättigte Fettsäuren), 44 g Kohlenhydrate (davon 8,8 g Zucker), 25 g Eiweiß, 4,3 g Salz

Allergenhinweise: Fi

FE 120 g[1] GE 490 g

13423

E

>25 g Eiweiß



Panierter Alaska-Seelachs

(aus zertifiziertem Fischfang) mit Erbsen und Möhren in Buttersoße, dazu Frühlingspüree

Nährwerte pro Portion: 2.695 kJ/646 kcal, 37 g Fett (davon 9,5 g gesättigte Fettsäuren), 45 g Kohlenhydrate (davon 7,1 g Zucker), 27 g Eiweiß, 3,3 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S

FE 175 g[1)] GE 445 g

13427

E

asc



Scholle „Finkenwerder Art"

(aus zertifiziertem Fischfang) garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 2.389 kJ/571 kcal, 29 g Fett (davon 8,9 g gesättigte Fettsäuren), 53 g Kohlenhydrate (davon 3,8 g Zucker), 22 g Eiweiß, 3,1 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, K, Fi, M, Me, La

FE 138 g[1)] GE 410 g

13428

D



Alaska-Seelachs

(aus zertifiziertem Fischfang) in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi

Nährwerte pro Portion: 1.807 kJ/431 kcal, 17 g Fett (davon 7,1 g gesättigte Fettsäuren), 46 g Kohlenhydrate (davon 9,2 g Zucker), 20 g Eiweiß, 3,7 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, Sn

FE 80 g[1)] GE 480 g

13429

C



Gebackene Fischstäbchen

(aus zertifiziertem Fischfang) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree

Nährwerte pro Portion: 2.436 kJ/583 kcal, 30 g Fett (davon 4,6 g gesättigte Fettsäuren), 54 g Kohlenhydrate (davon 7,0 g Zucker), 21 g Eiweiß, 4,1 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La

FE 120 g[1)] GE 460 g

13432

F



Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße

(aus zertifiziertem Fischfang) mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf

Nährwerte pro Portion: 1.713 kJ/409 kcal, 18 g Fett (davon 8,9 g gesättigte Fettsäuren), 37 g Kohlenhydrate (davon 12 g Zucker), 21 g Eiweiß, 3,7 g Salz

Allergenhinweise: Fi, M, Me, La, Sn

FE 100 g[1)] GE 490 g

13454

G

asc



Lachsfilet

(aus zertifizierter Aquakultur) in feiner Buttersoße mit Brokkoli und einer Reis-Wildreiskombination

Nährwerte pro Portion: 2.087 kJ/500 kcal, 28 g Fett (davon 9,5 g gesättigte Fettsäuren), 36 g Kohlenhydrate (davon 5,1 g Zucker), 23 g Eiweiß, 3,6 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S

FE 80 g[1)] GE 425 g

Tipp aus der Ernährungsberatung

Richtig trinken

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist das A und O. Diese Grundregel gilt bis ins hohe Alter und ist mit zunehmenden Lebensjahren wichtiger denn je.

Unsere Tipps

- Trinken Sie zu allen Mahlzeiten ein Getränk.
- Schaffen Sie Trinkroutinen und Trinkrituale (z. B. zum Zeitunglesen einen Tee trinken oder eine Wasserflasche ans Bett stellen).
- Platzieren Sie Ihre Getränke immer an sichtbaren Stellen, sodass das Trinken wieder in Erinnerung gerufen wird.

13462 C



Panierte Alaska-Seelachshappen

(aus zertifiziertem Fischfang),
dazu Petersilienkartoffeln mit würzigem Dip

Nährwerte pro Portion: 2.075 kJ/495 kcal, 21 g Fett (davon 5,1 g gesättigte Fettsäuren), 52 g Kohlenhydrate (davon 8,9 g Zucker), 22 g Eiweiß, 3,7 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, Sn

FE 140 g[1] GE 390 g

13465 D



Bunter Fischtopf vom Alaska-Seelachs

(aus zertifiziertem Fischfang)
mit Gemüseeinlage und Salzkartoffeln

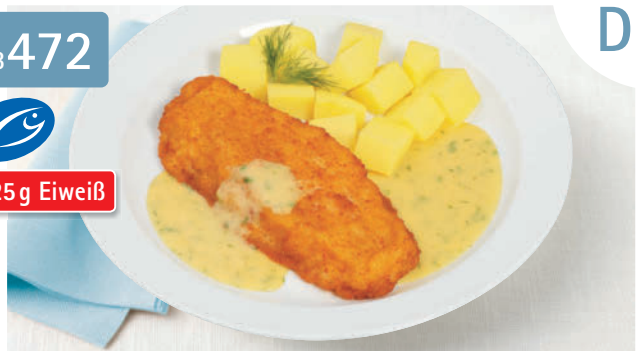
Nährwerte pro Portion: 1.784 kJ/424 kcal, 13 g Fett (davon 5,3 g gesättigte Fettsäuren), 50 g Kohlenhydrate (davon 7,1 g Zucker), 24 g Eiweiß, 4,7 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S

FE 100 g[1] GE 550 g

13472 D

>25 g Eiweiß



Panierter Alaska-Seelachs

(aus zertifiziertem Fischfang)
in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel

Nährwerte pro Portion: 2.274 kJ/543 kcal, 27 g Fett (davon 6,5 g gesättigte Fettsäuren), 48 g Kohlenhydrate (davon 3,7 g Zucker), 25 g Eiweiß, 4,4 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

FE 175 g[1] GE 415 g

13497 F

asc



Geschnittene Filets vom Buntbarsch

(aus zertifizierter Aquakultur) in Senf-Honig-Soße,
dazu eine Gemüsemischung mit Bohnen,
Möhren und Romanesco und Salzkartoffeln

Nährwerte pro Portion: 1.741 kJ/416 kcal, 18 g Fett (davon 6,0 g gesättigte Fettsäuren), 38 g Kohlenhydrate (davon 11 g Zucker), 22 g Eiweiß, 3,4 g Salz

Allergenhinweise: Fi, M, Me, La, Sn

FE 100 g[1] GE 460 g



*einfach*LECKER

Unsere „*einfach*LECKER"-Gerichte machen gutes Essen ganz unkompliziert: Abwechslungsreich und mit ausgewählten Zutaten - so entsteht Genuss, der perfekt in den Alltag passt. Ob herzhaft oder süß: Diese Menüs sind die ideale Wahl für alle, die es einfach und lecker mögen.

Foto: Hähnchentopf mit Gemüsereis **(Art.-Nr.: 13769, S. 64)**

13110 EL



Schweinebraten in Soße
mit Apfelrotkohl und Spätzle

Nährwerte pro Portion: 1.415 kJ/336 kcal, 7,8 g Fett (davon 2,0 g gesättigte Fettsäuren), 46 g Kohlenhydrate (davon 14 g Zucker), 17 g Eiweiß, 3,7 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Ei

FE 40 g GE **450 g**

13010 EL



Geschnittene Bockwurst vom Schwein
mit Kartoffeln in würziger Soße
„nach Art Kartoffelsalat" verfeinert
mit Gurken und Dill

Nährwerte pro Portion: 2.085 kJ/499 kcal, 28 g Fett (davon 5,6 g gesättigte Fettsäuren), 48 g Kohlenhydrate (davon 6,6 g Zucker), 12 g Eiweiß, 4,9 g Salz

Allergenhinweise: S, Sn

FE 60 g GE **450 g**

13011 EL



Frikadelle vom Schwein in Pfeffersoße
mit Erbsen und Spiralnudeln

Nährwerte pro Portion: 2.109 kJ/504 kcal, 22 g Fett (davon 7,5 g gesättigte Fettsäuren), 51 g Kohlenhydrate (davon 9,0 g Zucker), 20 g Eiweiß, 3,2 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn

FE 50 g GE **450 g**

13075 EL



Mini-Hacklets vom Schwein und Rind in Soße
dazu Kohlrabi-Möhren-Gemüse
und Kartoffelpüree

Nährwerte pro Portion: 1.754 kJ/421 kcal, 25 g Fett (davon 7,0 g gesättigte Fettsäuren), 32 g Kohlenhydrate (davon 5,5 g Zucker), 14 g Eiweiß, 4,6 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn

FE 60 g GE **450 g**

13077 EL



Hackfleischröllchen vom Schwein in Tomatensoße
dazu Gemüsereis

Nährwerte pro Portion: 1.970 kJ/469 kcal, 16 g Fett (davon 4,1 g gesättigte Fettsäuren), 63 g Kohlenhydrate (davon 9,3 g Zucker), 16 g Eiweiß, 4,5 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Ei, S

FE 60 g GE **450 g**

13096 EL



Räuberpfanne
vom Rind und Schwein mit Nudeln

Nährwerte pro Portion: 1.634 kJ/389 kcal, 15 g Fett (davon 2,7 g gesättigte Fettsäuren), 46 g Kohlenhydrate (davon 9,1 g Zucker), 15 g Eiweiß, 4,5 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, S, Sn

FE 28 g GE **450 g**

13195 EL



Jagdwursttopf vom Schwein
in milder Tomatensoße, dazu Spiralnudeln

Nährwerte pro Portion: 2.066 kJ/491 kcal, 15 g Fett (davon 4,2 g gesättigte Fettsäuren), 68 g Kohlenhydrate (davon 19 g Zucker), 19 g Eiweiß, 3,9 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Sn

FE 60 g GE 450 g

13596 EL



Penne-Nudeln mit Hackfleischsoße
vom Rind

Nährwerte pro Portion: 2.077 kJ/494 kcal, 15 g Fett (davon 3,5 g gesättigte Fettsäuren), 68 g Kohlenhydrate (davon 12 g Zucker), 20 g Eiweiß, 5,0 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La

FE 30 g GE 450 g

13763 EL



Hähnchenfilets in einer süß-sauren Soße „asiatischer Art"
mit Langkornreis

Nährwerte pro Portion: 1.706 kJ/403 kcal, 3,4 g Fett (davon 1,2 g gesättigte Fettsäuren), 72 g Kohlenhydrate (davon 22 g Zucker), 19 g Eiweiß, 4,4 g Salz

Allergenhinweise: Sb

FE 50 g GE 450 g

13769 EL



Hähnchentopf
mit Gemüsereis

Nährwerte pro Portion: 1.754 kJ/417 kcal, 12 g Fett (davon 5,7 g gesättigte Fettsäuren), 55 g Kohlenhydrate (davon 3,7 g Zucker), 20 g Eiweiß, 3,2 g Salz

Allergenhinweise: M, Me, La, S, Sn

FE 50 g GE 450 g

Tipp aus der Ernährungsberatung

Guten Appetit!

Fünf wichtige Tipps für die Ernährung im Alter

1. Ausgewogene und vielseitige Ernährung: Bringen Sie Abwechslung in Ihren Speiseplan.
2. Ausreichende Nährstoffversorgung: Wählen Sie Lebensmittel mit vielen Nährstoffen, Calcium und Ballaststoffen.
3. Flüssigkeitszufuhr sicherstellen: Trinken Sie mindestens 1,3–1,5 Liter pro Tag.
4. Eiweißreiche Ernährung: Achten Sie darauf, dass Sie täglich eiweißreiche Lebensmittel zu sich nehmen.
5. Kalorienbedarf anpassen: Berücksichtigen Sie eine bedarfsgerechte Energiezufuhr zur Vermeidung von Über- oder Untergewicht.

13788

EL



Hähnchenfilets in Sauerrahm-Joghurtsoße

mit Kräutern verfeinert dazu Gemüse-Reis

Nährwerte pro Portion: 1.775 kJ/423 kcal, 18 g Fett (davon 8,4 g gesättigte Fettsäuren), 45 g Kohlenhydrate (davon 5,8 g Zucker), 19 g Eiweiß, 4,6 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La, S, Sn

FE 50 g GE 450 g

13403

EL



Panierte Fischstäbchen

(aus zertifiziertem Fischfang) mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree

Nährwerte pro Portion: 1.997 kJ/477 kcal, 21 g Fett (davon 2,8 g gesättigte Fettsäuren), 51 g Kohlenhydrate (davon 8,7 g Zucker), 16 g Eiweiß, 4,0 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La

FE 60 g[1)] GE 450 g

13431

EL



Feines Fischfrikassee vom Alaska-Seelachs

(aus zertifiziertem Fischfang) in Rahmsoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis

Nährwerte pro Portion: 1.543 kJ/367 kcal, 11 g Fett (davon 7,6 g gesättigte Fettsäuren), 47 g Kohlenhydrate (davon 5,0 g Zucker), 17 g Eiweiß, 3,7 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Fi, M, Me, La, S

FE 60 g[1)] GE 450 g

13301

EL



Spiralnudeln in Käsesoße

mit Tomatenwürfel-Garnitur

Nährwerte pro Portion: 2.418 kJ/577 kcal, 27 g Fett (davon 7,3 g gesättigte Fettsäuren), 65 g Kohlenhydrate (davon 12 g Zucker), 16 g Eiweiß, 3,6 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La, S

GE 450 g

13339

EL



Gemüsepfanne „asiatischer Art" in süß-saurer Soße

mit Langkornreis

Nährwerte pro Portion: 1.703 kJ/404 kcal, 9,9 g Fett (davon 1,1 g gesättigte Fettsäuren), 67 g Kohlenhydrate (davon 18 g Zucker), 8,3 g Eiweiß, 2,8 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Sb, Sn

GE 450 g

13569

EL



Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße

mit Zucchini und Paprika

Nährwerte pro Portion: 1.713 kJ/408 kcal, 14 g Fett (davon 2,2 g gesättigte Fettsäuren), 57 g Kohlenhydrate (davon 14 g Zucker), 11 g Eiweiß, 3,5 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La

GE 450 g

13586 EL



Cremiges Rahmgemüse

aus Möhren, Blumenkohl und Bohnen mit Kerbel verfeinert, dazu bunte Bandnudeln

Nährwerte pro Portion: 1.632 kJ/389 kcal, 15 g Fett (davon 7,4 g gesättigte Fettsäuren), 49 g Kohlenhydrate (davon 10 g Zucker), 11 g Eiweiß, 4,9 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, Ei, M, Me, La, S

GE 450 g

13601 EL



Gemüse-Kartoffel-Eintopf

mit geschnittener Mettwurst vom Schwein

Nährwerte pro Portion: 1.259 kJ/301 kcal, 14 g Fett (davon 3,7 g gesättigte Fettsäuren), 25 g Kohlenhydrate (davon 6,0 g Zucker), 15 g Eiweiß, 4,4 g Salz

Allergenhinweise: S

FE 50 g GE 450 g

13603 EL



Vegetarischer Möhreneintopf

mit feinen Kartoffelwürfeln

Nährwerte pro Portion: 1.031 kJ/247 kcal, 10 g Fett (davon 0,9 g gesättigte Fettsäuren), 30 g Kohlenhydrate (davon 6,8 g Zucker), 4,1 g Eiweiß, 4,1 g Salz

Allergenhinweise: -

GE 450 g

13608 EL



Vegetarischer Grüne-Bohnen-Eintopf

Nährwerte pro Portion: 1.271 kJ/305 kcal, 17 g Fett (davon 1,5 g gesättigte Fettsäuren), 28 g Kohlenhydrate (davon 3,7 g Zucker), 5,8 g Eiweiß, 4,0 g Salz

Allergenhinweise: S

GE 450 g

13633 EL



Besonders beliebt

Gemüsesuppe Minestrone „italienischer Art"

mit Muschelnudeln, Gemüseeinlage und Kräutern verfeinert

Nährwerte pro Portion: 1.096 kJ/260 kcal, 6,4 g Fett (davon 1,1 g gesättigte Fettsäuren), 40 g Kohlenhydrate (davon 9,8 g Zucker), 7,7 g Eiweiß, 4,5 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, S

GE 500 g

7 Tage, 7 Menüs, 7x Abwechslung



Freuen Sie sich jeden Tag auf ein anderes, köstliches Menü aus unseren „Menü-Sortimenten“ (ab Seite 74).

13611 EL



Weiße-Bohnen-Eintopf

mit Speck

Nährwerte pro Portion: 1.699 kJ/407 kcal, 20 g Fett (davon 4,8 g gesättigte Fettsäuren), 41 g Kohlenhydrate (davon 4,7 g Zucker), 11 g Eiweiß, 4,4 g Salz

Allergenhinweise: S

FE 15 g GE 450 g

13619 EL



Vegetarisches Kartoffelgulasch

mit Paprika und Bohnen

Nährwerte pro Portion: 903 kJ/214 kcal, 0,9 g Fett (davon 0,4 g gesättigte Fettsäuren), 41 g Kohlenhydrate (davon 14 g Zucker), 6,4 g Eiweiß, 4,7 g Salz

Allergenhinweise: S

GE 500 g

13513 EL



Hausgemachter Vollmilch-Grießbrei

mit Pflaumenkompott (mit Süßungsmitteln)

Nährwerte pro Portion: 1.842 kJ/440 kcal, 22 g Fett (davon 7,2 g gesättigte Fettsäuren), 50 g Kohlenhydrate (davon 22 g Zucker), 9,4 g Eiweiß, 0,70 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La

GE 450 g

13533 EL



Cremiger Vollmilch-Grießbrei

mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Zucker und Süßungsmitteln)

Nährwerte pro Portion: 1.801 kJ/431 kcal, 22 g Fett (davon 7,2 g gesättigte Fettsäuren), 46 g Kohlenhydrate (davon 22 g Zucker), 9,4 g Eiweiß, 0,69 g Salz

Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La

GE 450 g



Unser Wohlfühl-Angebot für Sie – alles in einem Menü-Sortiment!

Essen und Trinken zählen zu den angenehmen Seiten des Lebens. Eine leckere, warme Mahlzeit macht nicht nur satt, sondern leistet so einen wichtigen Beitrag zu Ihrem allgemeinen Wohlbefinden.
Für eine ausgewogene Ernährung empfiehlt es sich, das Mittagessen mehrmals pro Woche durch Salat zu ergänzen. Unsere Wohlfühl-Angebote bieten dafür die ideale Zusammenstellung: sieben leckere Menüs, vier Salate und fünf feine Desserts, sorgfältig für Sie in einem Sortiment zusammengestellt.

7 leckere Menüs



4 Salate



5 Desserts



Weitere Menü-Sortimente erhalten Sie auf Anfrage bei Ihrem Mahlzeitendienst oder bei Ihrem Menükurier.
Ab S. 77 finden Sie auch regionale und traditionelle Menü-Sortimente.

47010 Wohlfühl-Sortiment

Zwei Rinderfrikadellen in dunkler Bratensoße
mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree (13080)
G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn

Schweinegulasch „Jäger Art"
dazu Erbsen in Soße und Kräuterspätzle (13147)
G, G1, Ei

Gedünstetes Lachsfilet
(aus zertifizierter Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße an cremigem Spinat und Salzkartoffeln (13410)
G, G1, Fi, M, Me, La, S

Zarte Hähnchenbrust in Curry-Rahmsoße
mit Pfirsichen und Ananas, dazu Gemüsereis (13499)
M, Me, La, S, Sn

Südländische Gemüse-Nudelpfanne
mit Tomaten und Paprika (13549)
G, G1

Buntes Spargelgemüse-Ragout
in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln (13599)
G, G1, M, Me, La, S

Hausgemachter Wirsing-Möhren-Eintopf
mit gebratenen Mettbällchen vom Schwein (13610)
G, G1, Ei, S

Kraut-Dill-Salat
(1538)
Ei, M, Me, La, Sn, Sd

Rote Betesalat (mit Süßungsmittel)
(1540)
-

Karotten-Mandarinen-Salat
(1541)
-

Gurkensalat
(1542)
-

Joghurt mit Rhabarbermus
auf Kekskrümel-Boden (1508)
G, G1, M, Me, La, (Sf)

Apfelmus
(1552)
(G), (M), (Me), (La)

Quark-Creme
mit Maracuja-Soße auf Kekskrümel-Boden (1503)
G, G1, G3, M, Me, La, (Sf)

Luftige Schokoladenmousse
mit Soße (1506)
Sb, M, Me, La, (Sf)

Apfel-Bananenmus
(1557)
(G), (M), (Me), (La)









Ⓚ mit Konservierungsstoffen Ⓕ mit Farbstoff

47014 Wohlfühl-Sortiment

Schweinegeschnetzeltes in einer Café-de-Paris-Soße
dazu grüne Bohnen mit Speck und Zwiebeln und kleinen Kartoffelrösti (13198)
M, Me, La, Sn

Schlemmergeschnetzeltes vom Rind
in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln (13272)
G, G1, Ei, M, Me, La, S

Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße
(aus zertifiziertem Fischfang) dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln (13420)
G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

Feine Gemüseauswahl
mit Soße à la Hollandaise und Frühlingspüree (13594)
G, G1, M, Me, La

Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße
mit buntem Gemüse (13598)
G, G1, Ei, M, Me, La

Klassischer Hühnersuppentopf
(13621)
G, G1, Ei

Hähnchenfilets „Gärtnerin Art"
in Sahnesoße mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis (13793)
G, G1, M, Me, La, S

Gurkensalat
(1542)
-

Karotten-Mandarinen-Salat
(1541)
-

Rote Betesalat (mit Süßungsmittel)
(1540)
-

Lauch-Sellerie-Salat
(1539)
M, Me, La, S

Schokoladenmousse mit Kirschkompott
(1504)
Sb, M, Me, La, (Sf)

Apfelmus
(1552)
(G), (M), (Me), (La)

Himbeercreme mit Fruchtsoße
auf Schokokeks (1505)
G, G1, M, Me, La, (Sf)

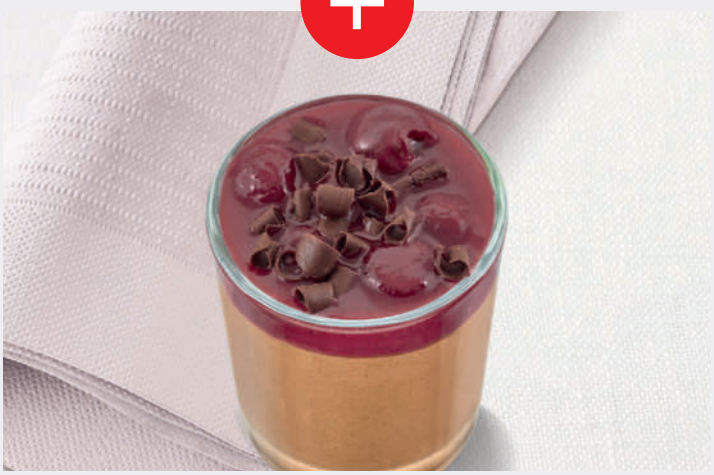
Milchcreme mit Waldbeer-Topping
auf Kekskrümel-Boden (1511)
G, G1, (Ei), Sb, M, Me, La

Rhabarbermus
(1553)
(G), (M), (Me), (La)









Ⓚ mit Konservierungsstoffen Ⓕ mit Farbstoff

47001 Norddeutsch genießen

Zuckerarme Menüs

Deftiges Eisbeinfleisch
auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree (13142)
M, Me, La

„Westfälisches Zwiebelfleisch“
Zartes Rindfleisch in einer klassisch-westfälischen Zwiebelsoße, dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln (13211)
Allergene G, G1, M, Me, La, S, Sn

Seelachs in Kräutermarinade
(aus zertifiziertem Fischfang) dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln (13407)
Fi

Cremiger Vollmilch-Grießbrei
mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Zucker und Süßungsmitteln) (13533)
G, G1, M, Me, La

Rührei
mit cremigem Spinat und Salzkartoffeln (13565)
Ei, M, Me, La

Herzhafter Linseneintopf „Hausfrauen Art“
mit deftiger Bauernwurst vom Schwein (13641)
S

Feines Hühnerfrikassee „Frühlingsart“
mit Langkornreis (13745)
G, G1, M, Me, La, S



47002 Süddeutsche Spezialitäten

Rostbratwürstchen „Fränkischer Art“ vom Schwein
auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree (13021)
M, Me, La

Herzhafter Krustenbraten vom Schwein
in einer Malz-Kümmel-Soße mit Bayrisch Kraut und Kartoffelklößen (13121)
G, G1, G3, Ei, M, Me, La, S

Rinderroulade „Hausfrauen Art“
in herzhafter Bratensoße mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (13220)
G, G1, S, Sn

Schwäbisches Linsengericht
mit Saitenwürstchen vom Schwein und Spätzle (13365)
G, G1, Ei, S

Süßer Kirschmichel
mit Vanillesoße (13509)
G, G1, Ei, M, Me, La, Sf, Sf1

Herzhafte Käsespätzle
mit Röstzwiebelgarnitur (13558)
G, G1, Ei, M, Me, La

Zwei gegrillte Hähnchenoberkeulen
in Champignon-Paprikasoße, dazu eine Gemüse-Nudel-Mischung (13783)
G, G1, M, Me, La, S



47003 Traditionelle Küche

Zwei Rinderfrikadellen in dunkler Bratensoße
mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree (13080)
G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn

Schweinebraten „Altdeutsche Art"
mit Blumenkohl in Soße und Petersilienkartoffeln (13158)
M, Me, La, S, Sn

Herzhafter Rindfleischtopf
mit Spätzle (13247)
G, G1, Ei

Gebratene Fischfrikadelle
(aus zertifiziertem Fischfang) an cremigem Spinat und Frühlingspüree (13408)
G, G1, Fi, M, Me, La

Süßer Apfelmilchreis
mit Zimt und Zucker (13539)
M, Me, La

Herzhafte Käsespätzle
mit Röstzwiebelgarnitur (13558)
G, G1, Ei, M, Me, La

Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art"
in einer feinen Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Salzkartoffeln (13765)
G, G1, M, Me, La, S



47004 Internationale Gerichte

Chili con Carne (mild abgeschmeckt)
vom Rind mit Langkornreis (13008)
S

Cevapcici vom Rind auf Djuvec-Reis
an cremiger Tzatzikisoße mit Gurkenstreifen (13027)
G, G1, Ei, M, Me, La, Sn

Nudelpfanne „asiatischer Art"
mit Hähnchenbruststückchen (13514)
G, G1, Ei, Sb

Klassischer Kaiserschmarrn
mit Apfel-Rosinen-Kompott (13523)
G, G1, Ei, M, Me, La

Herzhafte Käsespätzle
mit Röstzwiebelgarnitur (13558)
G, G1, Ei, M, Me, La

Gemüsesuppe Minestrone „italienischer Art"
mit Muschelnudeln, Gemüseeinlage und Kräutern verfeinert (13633)
G, G1, S

Hähnchencurry „indischer Art"
Hähnchen in einer milden Currysoße, dazu Gemüse-Reis (13794)
M, Me, La, Sn



47057 Menü-Sortiment mit mind. 25g Eiweiß und mind. 1kcal/g

Hackbällchen vom Schwein und Rind
in Meerrettichsoße, dazu buntes Gemüse und Stampfkartoffeln (13095)
G, G1, Ei, M, Me, La

Rinderleber „Berliner Art“
mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln (13282)
G, G1, M, Me, La, S

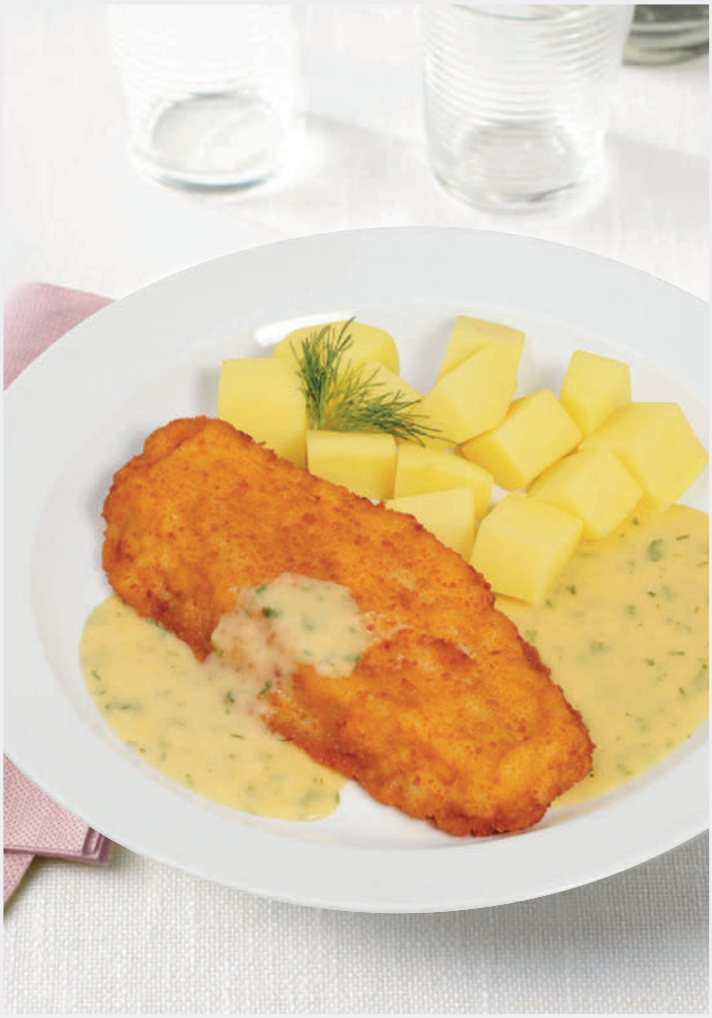
Panierter Alaska-Seelachs
(aus zertifiziertem Fischfang) in Senf-Kräutersoße, dazu Kartoffelwürfel (13472)
G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn

Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße
mit buntem Gemüse (13598)
G, G1, Ei, M, Me, La

Käse-Lauch-Suppe
mit Geflügelhack und einer Frühlingszwiebel-Garnitur (13668)
G, G1, M, Me, La

Feines Hühnerfrikassee „Frühlingsart“
mit Langkornreis (13745)
G, G1, M, Me, La, S

Zwei gegrillte Hähnchenoberkeulen
in Champignon-Paprikasoße, dazu eine Gemüse-Nudel-Mischung (13783)
G, G1, M, Me, La, S



47059 Genussmix
Angepasste Vollkost

Klopse „Königsberger Art“ vom Schwein und Rind
dazu Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln (13078)
G, G1, Ei, M, Me, La, S

Rahmgeschnetzeltes vom Schwein
mit Gartengemüse und Petersilienkartoffeln (13123)
G, G1, M, Me, La, S

Spaghetti „Napoli Art“
mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße (13321)
G, G1, Ei, M, Me, La

Alaska-Seelachs
(aus zertifiziertem Fischfang) in Senf-Buttersoße dazu Möhren und Risi-Bisi (13428)
G, G1, Fi, M, Me, La, Sn

Topfenknödel mit Nougatcremefüllung
dazu Vanillesoße und fruchtige Himbeer-Erdbeer-Grütze (13500)
G, G1, Ei, M, Me, La, Sf, Sf2

Bunte Gemüseplatte
mit grünen Bohnen, Fingermöhren, Blumenkohl und Stampfkartoffeln (13574)
M, Me, La, S

Putengeschnetzeltes in Rahmsoße
mit Brokkoli und Möhren, dazu „Hausmacher-Spätzle“ (13753)
G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn



47020 Vegetarische Menüs

Zuckerarme Menüs

Gemüsepfanne „asiatischer Art" in süß-saurer Soße
mit Langkornreis (13339)
G, G1, Sb, Sn

Eieromelette auf Champignonrahmsoße
mit grünen Bohnen und Röstkartoffeln (13526)
G, G1, Ei, M, Me, La, S

Pflanzlicher Hackbraten
aus Sonnenblumenprotein in brauner Cremesoße, mit Kaisergemüse und Kräuterspätzle (13527)
G, G1, Ei, S, Sn

Ofennudeln mit vegetarischen Bällchen
(auf Soja- und Weizenbasis) und Tomatensoße, garniert mit Käse (13537)
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Penne-Nudeln in cremiger Tomatensoße
mit Zucchini und Paprika (13569)
G, G1, M, Me, La

Gebackener Kartoffelrösti
mit Brokkoli und Blumenkohl in Käsesoße und Tomaten-Garnitur (13589)
G, G1, M, Me, La, S

Kartoffel-Gemüse-Auflauf
mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken (13597)
M, Me, La, S



47006 einfachLECKER

Räuberpfanne
vom Rind und Schwein mit Nudeln (13096)
G, G1, S, Sn

Schweinebraten in Soße
mit Apfelrotkohl und Spätzle (13110)
G, G1, Ei

Gemüsepfanne „asiatischer Art" in süß-saurer Soße
mit Langkornreis (13339)
G, G1, Sb, Sn

Panierte Fischstäbchen
(aus zertifiziertem Fischfang) mit Erbsen und Möhren in Soße, dazu Kartoffelpüree (13403)
G, G1, Fi, M, Me, La

Cremiger Vollmilch-Grießbrei
mit Erdbeer-Apfel-Kompott (mit Zucker und Süßungsmitteln) (13533)
G, G1, M, Me, La

Gemüse-Kartoffel-Eintopf
mit geschnittener Mettwurst vom Schwein (13601)
S

Gemüsesuppe Minestrone „italienischer Art"
mit Muschelnudeln, Gemüseeinlage und Kräutern verfeinert (13633)
G, G1, S



47 207 Vorsuppen-Sortiment

Fruchtige Tomatencremesuppe (13701)
Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La, S

Rote Linsensuppe mit Schnittlauch (13702)
Allergenhinweise: M, Me, La

Spargelcremesuppe mit Spargelstückchen (13704)
Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La

Schwäbische Flädlesuppe (13705)
Allergenhinweise: G, G1, Ei, M, Me, La, S

Klare Festtagssuppe (13707)
Allergenhinweise: G, G1, Ei, M, Me, La, S

Feine Frühlingssuppe mit Nudeln (13708)
Allergenhinweise: G, G1, Ei, S

Kürbis-Karottensuppe (13710)
Allergenhinweise: Sn

Champignoncremesuppe (13711)
Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La, S

Erbsencremesuppe (13716)
Allergenhinweise: G, G1, M, Me, La, S

Kartoffelsuppe mit Petersilie (13724)
Allergenhinweise: S

Zwiebelsuppe mit Fond (13725)
Allergenhinweise: S

Rinderkraftbrühe mit Eierstich (13729)
Allergenhinweise: Ei, M, Me, La, S



Genuss auf Vorrat

Unser gesamtes Angebot liefern wir Ihnen tiefgekühlt ins Haus. Alle Menüs werden im Hause apetito aus hochwertigen Zutaten zubereitet, bis zu einem bestimmten Garpunkt gekocht und dann zwischen -38 °C und -40 °C schockgefrostet.

Bei Ihnen zu Hause wird dann jedes Menü im Ofen oder in der Mikrowelle zu Ende gegart. Das bedeutet: kein Aufwärmen und kein Warmhalten, sondern auf den Punkt gegarte Menüs für den besten Geschmack. Köstlich!

Alle Hinweise zur Zubereitung finden Sie jeweils auf dem Menü-Etikett.

Ganz nach Wunsch

Spontan entscheiden, was Sie essen und wann Sie essen!

Lagerung der Menüs

Alle Menüs aus diesem Katalog sind in der porzellanweißen Menüschale optimal frischeversiegelt. Bitte lagern Sie die Menüs sofort nach der Anlieferung in Ihrem Gefrierschrank oder im 3-Sterne-Fach Ihres Kühlschranks.

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

Wichtiger Hinweis!
Geben Sie die Menüs immer im tiefgekühlten Zustand in die Mikrowelle oder in den Backofen!

Wir vermitteln Ihnen gerne auch eine Tiefkühl-Box.

Falls Sie keine Möglichkeit zur Lagerung der tiefgekühlten Menüs haben, melden Sie sich bei uns oder fragen Sie Ihren Menükurier nach einer Tiefkühl-Box.



Maße: 51 cm x 44 cm x 47,5 cm (H x B x T)
Max. Kapazität: 12 Menüschalen, 10 Suppenschalen

Optimal zubereiten mit MikroTop Pro

Fragen Sie nach unserer Mikrowelle MikroTop Pro.

Für fast alle apetito Menüs ist die optimale Zubereitung in der MikroTop Pro einprogrammiert. Auf Tastendruck wird jedes Menü genau richtig zubereitet.

- Jedes mikrowellengeeignete Menü ist getestet. Durchschnittlich ist das Menü nach 15 Minuten servierfertig.
- Durch die schonende Zubereitung schmeckt jedes Menü wie selbst gekocht!
- Auch Suppen können Sie im Handumdrehen genießen.
- Das Besondere: Die MikroTop Pro hat eine Keramik-Bodenplatte ohne Drehteller und ist somit leicht zu reinigen.

Natürlich können Sie die MikroTop Pro auch wie eine haushaltsübliche Mikrowelle nutzen.



MikroTop Pro

Maße:	46 cm x 38,5 cm x 27 cm (B x T x H)
Inhalt:	20 l Garinnenraum
Gewicht:	11,8 kg

Mit der MikroTop Pro genießen Sie eine hochwertige Menüqualität, ganz einfach und unkompliziert.

Wir wünschen guten Appetit!



Spaghetti "Napoli Art" mit fruchtiger Tomaten-Basilikumsoße **S. 46**

Und so leicht geht's mit MikroTop Pro



Öffnen Sie die tiefgekühlte, unaufgetaute Menüschale ein Stück an den Ecken.



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



Entnehmen Sie dem Etikett auf der Menüschale das MikroTop Pro-Zubereitungsprogramm.



Öffnen Sie die Tür zum Aktivieren der Tasten. Zur Eingabe des Zubereitungsprogramms drücken Sie die apetito-Taste so oft, bis die gewünschte Programmnummer erscheint.
(Programmnummer 3 entspricht 3 x drücken.)



Geben Sie die Menüschale in die MikroTop Pro und schließen Sie die Tür. **Nur bei Vorsuppen:** Stechen Sie die Folie der Schale mit einer Gabel ein, damit der entstehende Dampf besser entweichen kann.



Um das Zubereitungsprogramm zu starten, drücken Sie die Taste „Start/Schnellstart".

7. 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 einer Gabel leicht auflockern bzw. umrühren und genießen.

Zubereitung in einer haushaltsüblichen Mikrowelle

Stellen Sie das tiefgekühlte Menü auf einen umgedrehten Suppenteller in die 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.

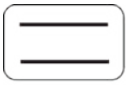
Zubereiten im Haushaltsbackofen



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.

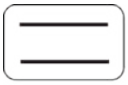


Umluft:
45 – 50 Minuten
bei 150 °C erhitzen.



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.

Zubereitung der kalten Speisen

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

Cremeschnitten und Kuchen aus der Verpackung nehmen und auf eine feste Unterlage stellen. Die Auftauzeit beträgt ca. 4–5 Stunden bei Zimmertemperatur. Danach direkt verzehren.



Für Notizen

Alle in diesem Katalog enthaltenen Angaben (Stand Februar 2026) wurden nach bestem Wissen und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. apetito ist bestrebt, alle Daten und Informationen vollständig und aktuell zur Verfügung zu stellen. Trotzdem übernimmt apetito keine Haftung für mangelnde Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Daten und Inhalte in diesem Katalog.

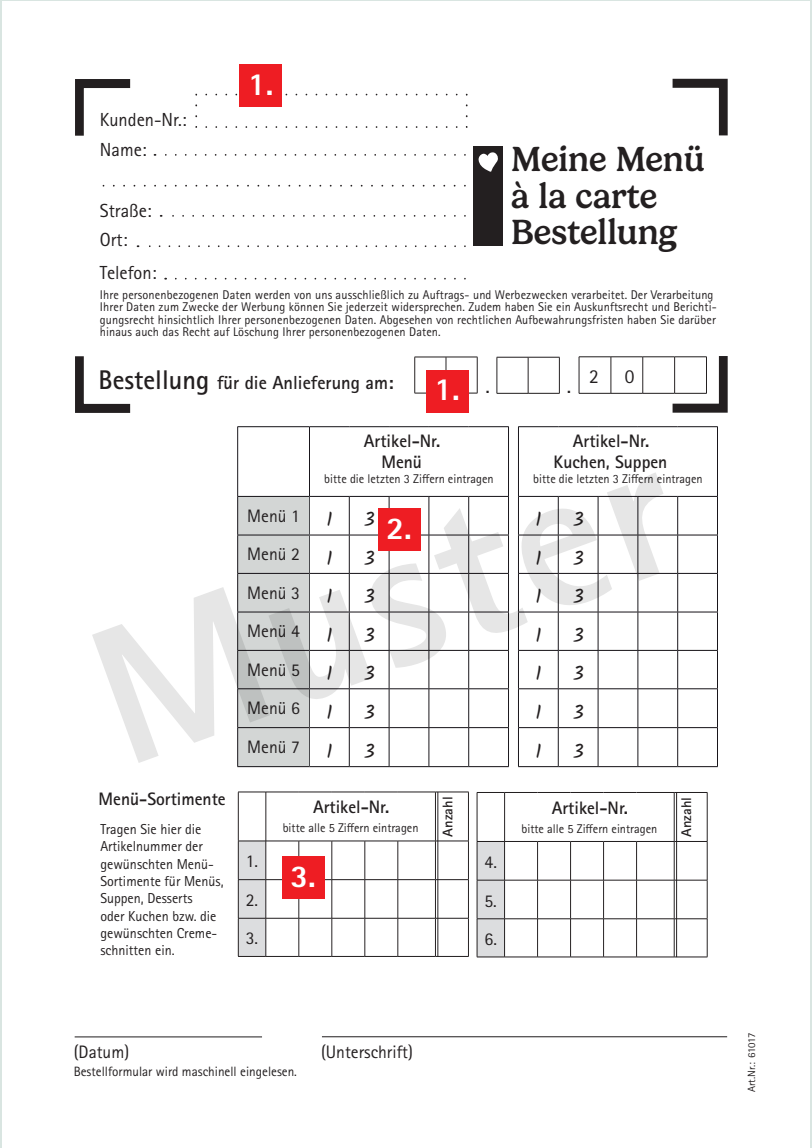
So einfach bestellen Sie Ihre Menüs

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.



1.

Kunden-Nr.: . . . . . .

Name: . . . . . .

. . . . . .

Straße: . . . . . .

Ort: . . . . . .

Telefon: . . . . . .

Meine Menü à la carte Bestellung

Ihre personenbezogenen Daten werden von uns ausschließlich zu Auftrags- und Werbezwecken verarbeitet. Der Verarbeitung Ihrer Daten zum Zwecke der Werbung können Sie jederzeit widersprechen. Zudem haben Sie ein Auskunftsrecht und Berichtigungsrecht hinsichtlich Ihrer personenbezogenen Daten. Abgesehen von rechtlichen Aufbewahrungsfristen haben Sie darüber hinaus auch das Recht auf Löschung Ihrer personenbezogenen Daten.

Bestellung für die Anlieferung am: 1. . . 2 0

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

(Datum) (Unterschrift)

Bestellformular wird maschinell eingelesen.

Art.Nr.: 61017

Muster

Schwankungen selten, aber nicht ausgeschlossen
Unser Lieferant apetito kann die Notwendigkeit von Anpassungen nicht ausschließen: Bei den abgebildeten Artikeln kann es aufgrund unvorhersehbarer Preissteigerungen bei Zutaten zu Veränderungen in der Zusammensetzung kommen. Im Einzelfall können sich dadurch Abweichungen zwischen dem Katalog und dem Produktetikett ergeben. Der Zutatenhinweis auf der Menüschale beschreibt stets die aktuelle Zusammensetzung des gelieferten Gerichtes. Alle in diesem Katalog enthaltenen Angaben (Stand Februar 2026) wurde nach bestem Wissen und mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt. apetito ist bestrebt, alle Daten und Informationen vollständig und aktuell zur Verfügung zu stellen. Trotzdem muss sich apetito Änderungen bezüglich des Sortiments vorbehalten. www.apetito.de/artikelinfo

Unser Tipp für Sie

Wenn Sie Unterstützung beim Ausfüllen des Bestellscheines benötigen, wenden Sie sich gerne an Ihren Menüservice.

Beste Menüqualität aus dem Hause apetito

Wir möchten Ihnen nicht nur regelmäßig Mahlzeiten liefern – sondern auch Freude bereiten.

Als Ihr Menüservice liegt es uns am Herzen, dass Sie sich rundum wohlfühlen: mit einem zuverlässigen, liebevollen Service und Menüs, die einfach gut schmecken.

Darum vertrauen wir auf unseren Partner apetito. Seit über 65 Jahren steht das Familienunternehmen aus Rheine für echten, natürlichen Geschmack und höchste Qualitätsansprüche – auch bei besonderen Kostformen. Hinter jedem Menü stecken Leidenschaft, Erfahrung und der Wunsch, Ihnen Genussmomente zu schenken.

Möchten Sie mehr über apetito erfahren – über die Werte, die Menschen und die Liebe zum Kochen? Dann begleiten Sie uns auf eine Reise voller Geschmack.

www.apetito.de/ueber-apetito

apetito

Art.-Nr.: 61003