

Deutsche Post DHL

Presseclub
Ihr Ansprechpartner:
Jörg Morsch
Telefon: 0228 - 28041985
E-Mail: presseclub@l-und-d.de
Öffnungszeiten:
Mo-Fr 11:30 bis 14:30 Uhr

Mitarbeiterrestaurant im Presseclub



NEU: Guten APPetit!

25. KW Montag, 19. Juni 2017

Dienstag, 20. Juni 2017

Mittwoch, 21. Juni 2017

Donnerstag, 22. Juni 2017

Freitag, 23. Juni 2017

Tagesgericht 1

Westfälischer Hackbraten
mit Specksauce, dazu Spätzle

3,40 €

Zusatzstoffe / Allergene: 2, 8, A, C, G, I, J
Kilokalorien: 833,9 kcal Kilojoule: 3506,8 kJ
Eiweiß: 41,3 g Kohlenhydrate: 101,4 g Fett: 28 g

Vegan +punkt AKTIONS WOCHE

XL Currywurst
mit Brötchen 3,40 €
oder Pommes frites 4,40 €

Zusatzstoffe / Allergene: 8, 9, A, I, J
Kilokalorien: 842,7 kcal Kilojoule: 3536 kJ
Eiweiß: 34,3 g Kohlenhydrate: 61,6 g Fett: 50,2 g

AKTIONS WOCHE

Gebratenes Schweinefleisch mit Zitronengras
frischen Gurken und Koriander, abgeschmeckt mit Austernsauce, dazu Risonudeln

Zusatzstoffe / Allergene: A, D, F, K
Kilokalorien: 705,3 kcal Kilojoule: 2972,7 kJ
Eiweiß: 41,4 g Kohlenhydrate: 95,8 g Fett: 16,4 g

Vegan +punkt AKTIONS WOCHE

Fünf gebratene Rostbratwürstchen "Regensburger Art"
auf Kartoffelpüree, dazu Senf und ein Krautsalat

Zusatzstoffe / Allergene: G, J, L
Kilokalorien: 765,3 kcal Kilojoule: 3212,2 kJ
Eiweiß: 27,2 g Kohlenhydrate: 49,7 g Fett: 49,6 g

AKTIONS WOCHE

Ligurische Minestrone
ein tomatisierter Gemüseintopf mit Kartoffel- und Tofuwürfeln, fein abgeschmeckt mit frischem Basilikum

Zusatzstoffe / Allergene: 3, F, I, L
Kilokalorien: 196,6 kcal Kilojoule: 826,9 kJ
Eiweiß: 14,1 g Kohlenhydrate: 21,4 g Fett: 4,6 g

vegan AKTIONS WOCHE

Tagesgericht 2
VEGGIE

Quinooasuppe aus Peru
schonend gegarter Eintopf aus Quinoa und Gemüse, abgerundet mit Guacamole, Chili und Koriander

3,80 €

Zusatzstoffe / Allergene: 3, I, L
Kilokalorien: 378,7 kcal Kilojoule: 1586 kJ
Eiweiß: 11 g Kohlenhydrate: 48,4 g Fett: 14,1 g

Vegan +punkt AKTIONS WOCHE

Gebratenes Spiegelei
auf Paprikagemüse mariniert mit Leinsamen, Ingwer, Kreuzkümmel und Chili, dazu geschwenkter Zartweizen

4,10 €

Zusatzstoffe / Allergene: 3, A, C, I, L
Kilokalorien: 570,2 kcal Kilojoule: 2394,7 kJ
Eiweiß: 18,6 g Kohlenhydrate: 51,5 g Fett: 30,9 g

AKTIONS WOCHE

Buchweizenpfanne
mit Kartoffeln, Spargel und Champignons abgeschmeckt mit Thymian und Muskat

4,10 €

Zusatzstoffe / Allergene: 3, 5, G, I, L
Kilokalorien: 514,7 kcal Kilojoule: 2167,2 kJ
Eiweiß: 18,3 g Kohlenhydrate: 72,3 g Fett: 14,7 g

Vegan +punkt AKTIONS WOCHE

Herzhafter Kuchen aus dem Wald
gebacken mit Champignons, Heidelbeeren und Eierstich, dazu eine dunkle Honigsauce

4,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 3, A, C, E, G, I, L
Kilokalorien: 565 kcal Kilojoule: 2354,7 kJ
Eiweiß: 23,5 g Kohlenhydrate: 43,9 g Fett: 31,4 g

AKTIONS WOCHE

Vollkornreisbratling
feurig-scharfer Vollkornreisbratling mit Mais und Kidneybohnen auf geschwenkten Bohnen, dazu hausgemachter Salsadip und eine Salatbeilage

4,20 €

Zusatzstoffe / Allergene: 2, 3, A, C, G
Kilokalorien: 462,8 kcal Kilojoule: 1947 kJ
Eiweiß: 15,4 g Kohlenhydrate: 53,4 g Fett: 20,1 g

+punkt



Pizza
frisch aus dem Ofen und nach Ihren Wünschen belegt

1/2 Pizza 2,95 €
1 Pizza 4,80 €

Flammkuchen
frischer, dünn ausgerollter Boden direkt aus dem Ofen

4,30 €

Pizza
frisch aus dem Ofen und nach Ihren Wünschen belegt

1/2 Pizza 2,95 €
1 Pizza 4,80 €

Flammkuchen
frischer, dünn ausgerollter Boden direkt aus dem Ofen

4,30 €

Pizza
frisch aus dem Ofen und nach Ihren Wünschen belegt

1/2 Pizza 2,95 €
1 Pizza 4,80 €

Brigitte Diät +punkt

Lachsmedaillon mit Senfgemüse
ein in Honig und Soja eingelegtes Lachsfilet, mit in Dijonsenf geschmortem Rosenkohl-Porreegemüse mit Curry und etwas Sahne abgeschmeckt, dazu Petersilienkartoffeln

5,90 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1, 2, 3, 5, A, D, F, G, J, K, L
Kilokalorien: 559,9 kcal Kilojoule: 2343,6 kJ
Eiweiß: 37,4 g Kohlenhydrate: 53,2 g Fett: 18 g

Gegrilltes Hähnchesteak mit Balsamicojus
auf pikantem Blumenkohl abgeschmeckt mit Sesam und Kümmel, dazu Kokoskartoffeln

5,10 €

Zusatzstoffe / Allergene: A, K, L
Kilokalorien: 496,3 kcal Kilojoule: 2111,3 kJ
Eiweiß: 34,5 g Kohlenhydrate: 47,1 g Fett: 17,8 g

+punkt AKTIONS WOCHE

MYAM MYAM
Basmatireis oder gebratene Nudeln, dazu eine thailändische Gemüse-mischung. Wählen sie zwischen Sweet Chili- oder Erdnussauce

vegetarisch 4,10 €
mit Hühnerfleisch 5,10 €

Zusatzstoffe / Allergene: 1, 2, A, Aa, E, F, I, J, K

MYAM MYAM

Rind beim Gras
Rinderhacksteak, belegt mit einem Medaillon aus Grünkern und Käse im Burger Brötchen serviert, verfeinert mit einer Senfmayonnaise, dazu frische Bratlinge

6,00 €

Zusatzstoffe / Allergene: 9, A, C, F, G, I, J, K
Kilokalorien: 968 kcal Kilojoule: 4056,7 kJ
Eiweiß: 34,7 g Kohlenhydrate: 111 g Fett: 40,6 g

AKTIONS WOCHE

Glasiertes Garnelen-Spieß
auf einem Salat aus Rote Bete und Wassermelone mariniert in einem Dressing aus Ingwer, Walnuss und Chili

6,50 €

Zusatzstoffe / Allergene: 2, 3, 5, 9, B, C, G, H, L
Kilokalorien: 316,7 kcal Kilojoule: 1326,3 kJ
Eiweiß: 20 g Kohlenhydrate: 12,7 g Fett: 22,1 g

+punkt AKTIONS WOCHE

Salat **Täglich frisch für Sie portionierte Salate mit verschiedenen Toppings und hausgemachten L & D-Dressings nach Wahl**

4,50 €

Beilagen **Kombinieren Sie Ihre Beilagen aus unserem abwechslungsreichen Angebot selbst**

1,00 € - 1,60 €

Dessert **Täglich verschiedene Dessertspezialitäten für Sie im Angebot**

1,20 € - 1,50 €

Öffnungszeiten unseres Betriebsrestaurants und unserer Kaffeebar: Montag bis Freitag jeweils von 11:30 Uhr bis 14:30 Uhr

AKTIONS WOCHE

Probieren Sie die Gerichte unserer L & D-Aktionswoche: Good Mood - Superfood Chia, & mehr

AKTIONS WOCHE

Zusatzstoffe: 1 = enthält Farbstoff / 2 = enthält Konservierungsstoff / 3 = enthält Antioxidationsmittel / 4 = enthält Geschmacksverstärker / 5 = geschwefelt / 6 = geschwärzt / 7 = gewachst / 8 = enthält Phosphat / 9 = mit Süßungsmittel(n) / 10 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n)
Allergene und jeweils daraus hergestellte Erzeugnisse: A = enthält Gluten - Aa = aus Weizen, Ab = aus Roggen, Ac = aus Gerste, Ad = aus Hafer, Ae = aus Dinkel / B = enthält Krebstiere / C = enthält Eier / D = enthält Fisch / E = enthält Erdnüsse / F = enthält Soja / G = enthält Milch (einschließlich Laktose) / H = enthält Schalenfrüchte - Ha = aus Mandeln, Hb = aus Haselnüssen, Hc = aus Walnüssen, Hd = aus Kaschunüssen, He = aus Pecannüssen, Hf = aus Paranüssen, Hg = aus Pistazien, Hh = aus Macadamianüssen, Queenslandnüssen / I = enthält Sellerie / J = enthält Senf / K = enthält Sesam / L = enthält Schwefeldioxid/Sulfite / M = enthält Lupine / N = enthält Weichtiere **Anmerkung:** Die Angaben der Zusatzstoffe, Allergene und Nährwerte erfolgen auf Grundlage der Rezepturen. **Änderungen vorbehalten**