



Wiewel
schmecken und genießen

**KW 04 – vom 19.01.
bis 24.01.2026**

**Spanien
Clementinen**
Sorte: Nadorcott,
Klasse 1

750 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 2,65



Exklusiv

750 g Beutel

1.99

Aktions-Preis

**Zott
Sahne-Joghurt oder Pure Joy
Joghurt-Alternative**
verschiedene Sorten

140 g Becher
Grundpreis 1 kg = 3,50

PICK & MIX

5 für

2.00

0.49

Aktions-Preis

**Original Wagner
Steinofen-Pizza oder Flammkuchen**
verschiedene Sorten,
tiefgefroren

300-380 g Packung
Grundpreis 1 kg = 4,71-5,97

DealMobil

1.59

1.79

Aktions-Preis

SPARLINA PRÄSENTIERT:

**DER SPAR-
JANUAR!**

Gyros-Geschnetzeltes
pfannenfertig vorbereitet

1 kg

6.99

Aktions-Preis

Schinkenwurstaufschnitt
100 g

0.99

Aktions-Preis

**Oatly
Haferdrink**
verschiedene Sorten,
auch ungekühlt haltbar

1 l Packung

PICK & MIX

6 für

9.00

1.79

statt 2.19



Wiewel Hier kaufe ich ein!



Obst & Gemüse

Unsere
Bio-Kompetenz



Italien
Bio Blut Orangen „Tarocco“
die besondere Saftorange,
Klasse 2

1 kg Beutel

Öko Kontrollstelle DE-ÖKO 006

1 kg Beutel

2,22

Aktions-Preis



ANGEBAUT VON
HOF GROTHUES-POTTHOFF
AUS SENDEN



Deutschland
**Tafeläpfel
„Topaz“ oder „Fuji“**
knackig fest, Klasse 1

1 kg

1,99

Aktions-Preis



Brasilien
Tafeltrauben rot
kernlos, Sorte: Tawny,
Klasse 1

1 kg

3,99

Aktions-Preis



Italien
Kiwis „grün“ oder „gold“
extra große Früchte,
Klasse 1

Stück

0,66

Aktions-Preis



Spanien
Orangen „Navelinas“
ausgewählte Spitzenqualität,
Klasse 1

1,5 kg Beutel
Grundpreis 1 kg = 1,33

1,5 kg Beutel

1,99

Aktions-Preis



Südafrika
Pflaumen
Sorte „Black Pearl“
dicke blaue Esspflaumen,
Klasse 1

1 kg

3,33

Aktions-Preis



Spanien
Zitronen
ausgesuchte Früchte,
Klasse 1

4er Beutel

4er Beutel

1,29

Aktions-Preis





Obst & Gemüse



Salatschalen
verschiedene Sorten, der perfekte
Snack für zwischendurch

300-350 g Schale
Grundpreis 1 kg = 7,14-8,33

2.50

Aktions-Preis

Spanien
Broccoli
reich an Vitaminen

400 g Packung
Grundpreis 1 kg = 3,23

400 g Packung

1.29

Aktions-Preis

Deutschland
Speisekartoffeln
Sorte siehe Etikett

2,5 kg Papiertüte
Grundpreis 1 kg = 1,00

2,5 kg Papiertüte

2.49

Aktions-Preis

*Vom Hof
Wennemar
aus
Warendorf*



Frankreich
Rote Bete
vorgegart, küchenfertig

500 g Packung
Grundpreis 1 kg = 2,22

1.11

Aktions-Preis

Deutschland
Zwiebeln
angebaut, geerntet und
verpackt im Münsterland,
Klasse 1

2 kg Beutel
Grundpreis 1 kg = 0,50

2 kg Beutel

0.99

Aktions-Preis



ANGEBAUT VON
KLAUS PUES-TILLKAMP
AUS GLANDORF



Unsere
Bio-Kompetenz



Deutschland
Bio Speisekürbis
„Hokkaido“
der schmackhafte
Speisekürbis

1 kg

1.59

Aktions-Preis

Öko Kontrollstelle DE-ÖKO 006



E Wiewel Hier kaufe ich ein!



Fleisch



Frisches
Fleischkäse-Brät
zum Selberbacken
1 kg

6.99
Aktions-Preis



Zarter Schinkenbraten
Schinkengulasch oder
Schinkenschnitzel
1 kg

6.99
Aktions-Preis

auch Schnitzel aus
der Oberschale
1 kg = **7.99**



Frisches Schinkenmett
pikant gewürzt
1 kg

Laufend frisch!

7.99
Aktions-Preis



Stielkoteletts
1 kg

7.49
Aktions-Preis



Lummerkoteletts
1 kg

7.49
Aktions-Preis



Kasseler Nacken
ohne Knochen,
goldgelb geräuchert
1 kg

8.88
Aktions-Preis



Hähnchen-Steaks
aus der Oberkeule, mit Haut,
ohne Knochen, gewürzt
1 kg

9.90
Aktions-Preis



Frische
Putenschnitzel oder Putengulasch
aus der Brust geschnitten,
für kalorienbewussten Genuss
1 kg

14.90
Aktions-Preis



Wurst

Aus MS-Roxel



Hinkerohe & Groneick GmbH

Wurstebrot oder
Leberbrot

700 g Stück
Grundpreis 1 kg = 8,56

5.99

Aktions-Preis

Herzhafter Wurstaufschnitt
mehrfach sortiert
100 g

1.39

Aktions-Preis

Hackbraten
nach Korsischer Art
100 g

2.19

Aktions-Preis

Original spanischer
Serrano-Schinken
100 g

11 Monate gereift

2.49

Aktions-Preis

Aus Beelen



Dohle
Mettenden
aromatisch
geräuchert,
herzhaft im
Geschmack,
5 Stück à 80 g

400 g Packung
Grundpreis 1 kg = 14,98

5.99

Aktions-Preis

Ummantelte Salami
verschiedene Sorten
100 g

1.99

Aktions-Preis

Negrini
Prosciutto Cotto
Paganini
100 g

1.99

Aktions-Preis

Schweineschnitzel
180 g Stück

Laufend frisch gebraten!

2.20

Aktions-Preis



Käse/Fisch



Aus eigener
Herstellung

Frischkäse
Radieschen

100 g

1.59

Aktions-Preis



Stilfser DOP
italienischer Schnittkäse
aus Kuhmilch, hergestellt aus der Milch der Almen
am Stilfser Pass, intensives und vollwürziges
Aroma,
50% Fett i.Tr.

100 g

1.99

statt 2.39



Stilfser DOP
italienischer Schnittkäse
aus Kuhmilch, hergestellt
aus der Milch der Almen am
Stilfser Pass, intensives und
vollwürziges Aroma,
50% Fett i.Tr.

150 g Packung
Grundpreis 1 kg = 19,27

2.89

statt 3.29



Anton
Schweizer Bergkäse
oder Die scharfe Anna
Schweizer Hartkäse
Kuhmilch aus
Heufütterung,
vollwürzig,
50% Fett i.Tr.

100 g

2.49

statt 3.19



Leerdammer
Original
45% Fett i.Tr.

100 g

1.29

Aktions-Preis



Lachssteaks
frisch geschnitten
vom ganzen Lachs,
aus Aquakultur

100 g

1.99

Aktions-Preis

In Lüdinghausen, Wolbeck
und Hiltrup erhältlich.



Stremellachs
Natur, Pfeffer oder
Schmelzkäse-Knoblauch,
aus Aquakultur
in Norwegen,
heißgeräuchert

100 g

3.69

Aktions-Preis



Frische Miesmuscheln
aus Aquakultur mit Setzlingen,
unter Schutzatmosphäre verpackt

1 kg Schale

3.69

Aktions-Preis



Molkereiprodukte

Noa
Hummus oder
Brottaufstrich
verschiedene Sorten

175 g Becher
Grundpreis 1 kg = 11,37

DealMobil
1.79

1.99
statt 2.29/2.39



Saint Albray,
Chaumes Le Veritable
oder Chavroux
französischer Weichkäse,
verschiedene Sorten
und Fettstufen

130-180 g Packung
Grundpreis 1 kg = 12,72-17,62

2.29
Aktions-Preis

Exquisa
Frischkäse
verschiedene
Sorten
und Fettstufen

175/200 g Becher
Grundpreis 1 kg = 6,34/5,55

DealMobil
0.99

1.11
statt 1.89/1.99



Président
Camembert L'Original oder
Sainte Maure
Ziegenweichkäserolle
45/50% Fett i.Tr.

250/200 g Packung
Grundpreis 1 kg = 9,96/12,45

2.49
statt 4.39/3.59

Gut & Günstig
Geflügelfleischwurst

2x200 g Stück
Grundpreis 1 kg = 4,98



1.99
statt 2.15



Zimbo
Leberwurst
fein

125 g Packung
Grundpreis 1 kg = 8,88

1.11
statt 1.79

YouCook
Frische Fertiggerichte
verschiedene Sorten

380-440 g Packung
Grundpreis 1 kg = 8,61-9,97

DealMobil
3.49

3.79
statt 4.59



Giovanni Rana
Frische italienische Pasta
verschiedene Sorten

250 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 11,96

DealMobil
2.59

2.99
statt 3.89



Molkereiprodukte/Tiefkühlkost



Dr. Oetker
Sahne- oder Grieß-Pudding,
Grütze oder High
Protein Pudding
verschiedene Sorten
auch Milchreis
500/400 g Becher
Grundpreis 1 kg = 3,98/4,98

1.99
Aktions-Preis



Weihenstephan
Rahmjoghurt oder Joghurt
mit Mascarpone
verschiedene Sorten
150 g Becher
Grundpreis 1 kg = 3,93

0.59
statt 0.99



Danone
Actimel-Drink
verschiedene Sorten
8x100 g Packung
Grundpreis 1 kg = 2,78

2.22
Aktions-Preis



Weihenstephan
Frische Butter oder
Die Streichzarte
ungesalzen
250 g Packung/Becher
Grundpreis 1 kg = 5,16

1.29
statt 2.89/2.99



Costa
Lachsfilets
ASC-zertifiziert,
tiefgefroren
220 g Packung
Grundpreis 1 kg = 31,77

6.99
statt 9.99



Iglo
Schlemmerfilet oder Filegro
verschiedene Sorten,
MSC-zertifiziert,
tiefgefroren
220-380 g Packung
Grundpreis 1 kg = 7,87-13,59



2.99
Aktions-Preis



Iglo
Blatt-Spinat, Rahm-Spinat
oder Würz-Spinat Minis
tiefgefroren
500/750 g Packung
Grundpreis 1 kg = 3,98/2,65



1.99
statt 2.99/3.59



Gut & Günstig
Backofen-Frites
Feinschnitt oder
Wellenschnitt
tiefgefroren
1000 g Packung

1.49
Aktions-Preis



Frühstück

Rosenbrötchen
hell oder dunkel
80 g Stück
Grundpreis 1 kg = 4,13



0.33
Aktions-Preis

Weltmeister
Mehrkornbrot
750 g Laib
Grundpreis 1 kg = 1,99



1.49
Aktions-Preis

Gut & Günstig
Schokobrötchen
360 g Packung
Grundpreis 1 kg = 5,53



1.99
Aktions-Preis

Gut & Günstig
Milchbrötchen
480 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 3,94



1.89
Aktions-Preis

Smashed Bagels
verschiedene Sorten
300g Packung
Grundpreis 1 kg = 5,63



1.69
statt 1.99

Gut & Günstig
Erdnusscreme
verschiedene Sorten
350g Glas
Grundpreis 1 kg = 5,29



1.85
Aktions-Preis

Bonne Maman
Konfitüre
verschiedene Sorten
335-370 g Glas
Grundpreis 1 kg = 7,00-7,73



DealMobil
2.29
2.59
Aktions-Preis

J.J. Darboven
Idee Kaffee
classic oder
entkoffeiniert
oder Eilles
Gourmet Café
500 g Packung
Grundpreis 1 kg = 13,98



6.99
statt 8.99



Konservenaktion

SPARLINA PRÄSENTIERT:
**AUSGEBÜCHSTE
PREISE!**

Gut & Günstig
Mandarin-Orangen
leicht gezuckert

312 g Dose
175 g Abtropf-
gewicht
Grundpreis
1 kg = 4,51

0,79
statt 0.89



Hawesta
Heringsfilets
verschiedene Sorten

200 g Dose
Grundpreis 1 kg = 7,76



1,00

Aktions-Preis

Gut & Günstig
Stangenspargel
weiß, geschält

330 g Glas
205 g Abtropfgewicht
Grundpreis 1 kg = 7,76

1,59

Aktions-Preis



Hak
Apfelmus

355 g Glas
Grundpreis 1 kg = 2,79

0,99
statt 1.89



Kühne
Schlemmertöpfchen
verschiedene Sorten

530 g Glas
300 g Abtropf-
gewicht
Grundpreis 1 kg = 7,40



2,22

Aktions-Preis

Hengstenberg
Mildessa
Mildes
Weinsauerkraut

810 g Dose
770 g Abtropf-
gewicht
Grundpreis 1 kg = 1,94



1,49

Aktions-Preis

Wiewel Hier kaufe ich ein!



Konservenaktion

Gut & Günstig
Sonnenmais
zart und jung

330 g Dose
285 g Abtropf-
gewicht
Grundpreis
1 kg = 2,77

0.79

statt 0.99



Gut & Günstig
Erbsen mit Möhrchen
extra fein

800 g Dose
530 g Abtropfgewicht
Grundpreis 1 kg = 2,43

1.29

Aktions-Preis

Oro di Parma
Tomaten
verschiedene Sorten

400 g Packung/Dose
Grundpreis 1 kg = 2,98

PICK & MIX

3 für

3.00

1.19

statt 1.99



Gut & Günstig
Champignons
geschnitten

280 g Glas
170 g Abtropf-
gewicht
Grundpreis
1 kg = 5,24

0.89

statt 0.99



**JETZT GÜNSTIG
BEVORRATEN!**



Böklunder
Echte
Land-Bockwurst
6 Stück

345 g Glas
180 g Abtropfgewicht
Grundpreis 1 kg = 9,39

1.69

Aktions-Preis



Seidel
Junge
Schnittbohnen,
Brechbohnen
oder Feine junge
Wachsbruch-
bohnen

370 g Abtropf-
gewicht
660 g Glas
Grundpreis 1 kg = 4,03

1.49

statt 2.39



Sortiment/Drogerie



Kluth
Studentenfutter
verschiedene Sorten
275/300 g Packung
Grundpreis 1 kg = 14,51/13,30



3.99
Aktions-Preis



Knorr
Fix
verschiedene Sorten
per Beutel



0.49
Aktions-Preis



Yum Yum
Instantnudeln
verschiedene Sorten
60 g Packung
Grundpreis 1 kg = 9,83



0.59
Aktions-Preis



Köln
Blütenzarte
Flocken oder
Echte Kernige
500 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 2,38

DealMobil
0.99

1.19
statt 1.79



Coral
Flüssigwaschmittel oder
Caps
verschiedene Sorten,
15-23 Waschanwendungen
Grundpreis 1 WA = 0,16-0,25
per Packung/Flasche

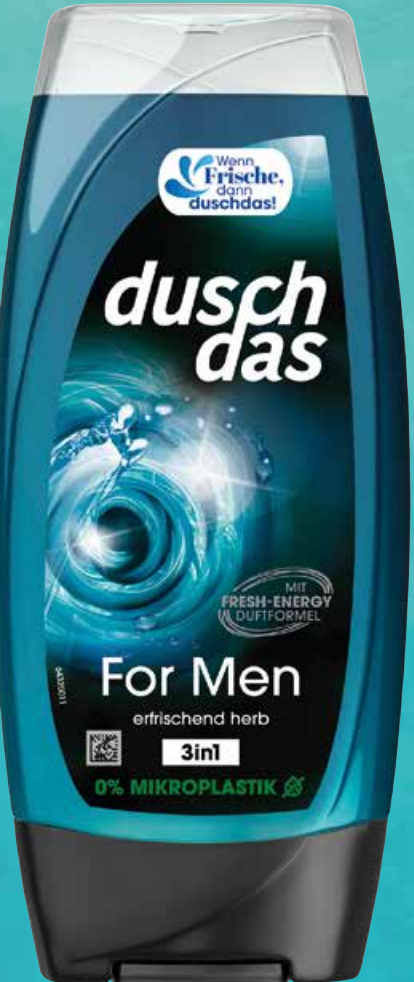


3.79
Aktions-Preis



Softlan
Weichspüler
verschiedene Sorten,
31-45 Waschanwendungen
Grundpreis 1 WA = 0,03-0,04
1 l Flasche

1.29
Aktions-Preis



Duschdas
Duschgel
verschiedene
Sorten
225 ml Flasche
Grundpreis 1 l = 4,40

0.99
Aktions-Preis



Gut & Günstig
Supersoft
Taschentücher
4-lagig,
30x10 Stück
per Packung

2.75
Aktions-Preis



Süßwaren



Haribo
Goldbären oder
Color-Rado
340 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 3,79

1.29
Aktions-Preis



DealMobil
2.99

3.29
Aktions-Preis



Milka
Kekse oder Kuchen
verschiedene
Sorten
132-200 g
Packung
Grundpreis
1 kg = 9,95-15,08

1.99
statt 2.99



Choco Crossies oder
Chocolait Chips
verschiedene Sorten
115/150 g Packung
Grundpreis 1 kg = 17,30/13,27

1.99
statt 3.79



Knoppers
Milch-Haselnuss-Schnitte
verschiedene Sorten
200 g Packung
Grundpreis 1 kg = 8,45

1.69
statt 2.89/2.59



Lorenz
Nic Nac's
XL-Fun-Pack
170 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 13,06

2.22
Aktions-Preis

Donnerstag* ist
FAMILIENTAG!

SPARE BIS ZU
40%
*2

FAMILIENTÜTE:
5 Brötchen*³ nach Wahl
+1 Brot nach Wahl

7,25€ ~~**12,14€**~~

*3 gilt für Meister- und Körnerbrötchen. *2 bei max. Einzelpreis der Backwaren. * gilt nicht an Feiertagen!

ESSMANN'S
BACKSTUBE



Getränke



PICK & MIX
6 für
9.00

EDEKA
Herzstücke
Fruchtsaft
oder Nektar
verschiedene Sorten
1 l PET-Flasche
zzgl. Pfand 0,25

1.59
Aktions-Preis



Coca-Cola, Fanta, Sprite
und weitere Sorten
1,5 l PET-Flasche
Grundpreis 1 l = 0,93
zzgl. Pfand 0,25

PICK & MIX
5 für
5.56

1.39
Aktions-Preis



Pfanner
Eistee
verschiedene
Sorten
2 l Packung
Grundpreis
1 l = 0,65

1.29
Aktions-Preis



Monster
Energy-Drink
verschiedene
Sorten
0,5 l Dose
Grundpreis 1 l = 1,78
zzgl. Pfand 0,25

0.89
Aktions-Preis



Burgwallbronn
Mineralwasser
verschiedene Sorten
12x1 l PET-Flasche
Grundpreis 1 l = 0,42
zzgl. Pfand 3,30

4.99
Aktions-Preis



Pott's
Landbier
20x0,33 l Bügel-Flasche
Grundpreis 1 l = 1,64
zzgl. Pfand 4,50

12.99
Aktions-Preis



Freixenet
Mia oder Mederaño
verschiedene Sorten
auch alkoholfrei
0,75 l Flasche
Grundpreis 1 l = 3,99

2.99
Aktions-Preis



Rotkäppchen
Sekt
verschiedene Sorten
0,75 l Flasche
Grundpreis 1 l = 4,39

3.29
Aktions-Preis



Absolut Vodka
40% Vol.
und weitere
Sorten
0,7 l
Flasche
Grundpreis
1 l = 15,70

10.99
Aktions-Preis



Schweinenackensteaks
gewürzt oder mariniert,
grillfertig vorbereitet
100 g

WOCHENEND

KNÜLLER
DO. 22.01. – SA. 24.01.

Argentinische
Rinderhüfte
oder als Steak geschnitten
100 g

0.88

WOCHENENDKNÜLLER

Rotbarschfilet
gefangen im Nordostatlantik (Island), ohne Haut,
reich an hochwertigen Proteinen, Mineralstoffen
und Spurenelementen, eignet sich daher
hervorragend für eine gesunde
und ausgewogene Ernährung
100 g

1.79

WOCHENENDKNÜLLER

Rama
Cremefine
verschiedene Sorten
und Fettstufen
250 ml Flasche
Grundpreis 1 l = 3,96
auch pflanzliche
Koch- und Schlagcreme
200 ml Becher
Grundpreis 1 l = 4,95

0.99

WOCHENENDKNÜLLER

Ouzo of Plomari
verschiedene Sorten,
40% Vol.
0,7 l Flasche
Grundpreis 1 l = 12,13

8.49

statt 11.99



ANGEBAUT VON
RUDI BEHR
AUS SPANIEN



Spanien
Kohlrabi

Stück

0.55

WOCHENENDKNÜLLER

Barilla
Italienische Pasta
verschiedene Sorten
250-500 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 3,32-6,64

1.66

statt 2.59