

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 04.02.	Grießsuppe APFEL-MOHN SCHMARREN Zwetschkenkompott Staubzucker	0,5 7,8 2,0 0,8	Hühnersuppe mit Nudeln SPAGHETTI mit Sojabolognese	0,7 4,9	Eisprudelsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,1 2,6
	Allergene: A,C,G,L	kcal 821	Allergene: A,C,F,L	kcal 463	Allergene: A,C,G	kcal 386
DI 05.02.	Eisprudelsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren	0,1 2,4	Grießsuppe SCHWEINSGESCHNETZELTES IN KRÄUTERRAHMSAUCE mit Reis	0,5 3,9	Gärtnerinnensuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,3 3,7
	Allergene: A,C,G,L,O	kcal 444	Allergene: A,C,G,L	kcal 625	Allergene: A,C,L	kcal 635
MI 06.02.	Zwiebelsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,3 2,6	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,3 2,7	Hühnersuppe mit Nudeln CEVAPCICI mit Letscho und Reis	0,7 5,3
	Allergene: A,C,G	kcal 368	Allergene: A,C,G,L	kcal 500	Allergene: A,C,L,M	kcal 650
DO 07.02.	Kohlrabicremesuppe GERÖSTETE LEBER von der Pute mit Petersilkkartoffeln	0,5 3,8	Eisprudelsuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,1 5,6	Zwiebelsuppe BROCCOLI-LACHSAUFLAUF mit Dillsauce	0,3 2,5
	Allergene: A,G	kcal 463	Allergene: A,C,G	kcal 656	Allergene: A,C,D,G	kcal 513
FR 08.02.	Hühnersuppe mit Nudeln CEVAPCICI mit Letscho und Reis	0,7 5,3	Kohlrabicremesuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,5 2,6	Kräutertropfteigsuppe MOSTVIERTLER APFELSCHMARREN	0,6 5,4
	Allergene: A,C,L,M	kcal 650	Allergene: A,C,G	kcal 377	Allergene: A,C,G	kcal 600
SA 09.02.	Kräutertropfteigsuppe BROCCOLI-LACHSAUFLAUF mit Dillsauce	0,6 2,5	Teigreißsuppe EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat	1,1 5,7 0,8	Kohlrabicremesuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese mit Hartkäse	0,5 4,9
	Allergene: A,C,D,G	kcal 543	Allergene: A,C,G	kcal 624	Allergene: A,C,F,G,L	kcal 475
SO 10.02.	Gärtnerinnensuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,3 3,7	Kräutertropfteigsuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln	0,6 3,7	Grießsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren	0,5 2,4
	Allergene: A,C,L	kcal 635	Allergene: A,C,G,L	kcal 666	Allergene: A,C,G,L,O	kcal 429

ESSEN AUF RÄDERN

Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET



Das Tagesmenü

Beliebte traditionelle Speisen, für all jene, die die österreichische und internationale Küche lieben!

Das leichte Vollkostmenü

Schonend gekocht und mild gewürzt.

Das bewusste Menü

Unterstützt Sie bei einer ausgewogenen Ernährung.



Eine empfohlene Wahl der Diabetes Initiative Österreich

EW Extra Weich

SF Schweinefleischfrei

In diesen weißen Kreisen können Sie Ihren persönlichen Wochenplan ankreuzen

JEDE WOCHEN EIN BESONDERES EXTRA IM WOCHENPAKET!

Frisches Obst, Milchprodukte, Getränke, süße Überraschungen

VITALTIPP

Trinken Sie mindestens 1,5 bis 2 Liter täglich! Am besten dafür geeignet sind Wasser, Mineralwasser, stark verdünnte Obstsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 11.02. - 17.02.2019 (KW 07)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 11.02.	Leberknödelsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,7 2,7	Hühnersuppe mit Grießnockerln MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,6 5,1	Maiscremesuppe GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis	1,3 3,2
	Allergene: A,C,G	kcal 377	Allergene: A,C,G,L	kcal 715	Allergene: A,G	kcal 510
DI 12.02.	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAU mit Pfirsichragout	0,7 5,6	Klare Suppe mit Frittaten SPINATRAVIOLI in Tomatensauce	0,1 0,7 5,1	Hühnersuppe mit Grießnockerln GEMÜSELASAGNE mit Tomatensauce	0,6 5,8
	Allergene: A,C,G	kcal 578	Allergene: A,C,G	kcal 434	Allergene: A,C,G,L	kcal 543
MI 13.02.	Maiscremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	1,3 4,8	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAU mit Pfirsichragout	0,7 5,6	Klare Suppe Backerbsen MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,1 0,6 5,1
	Allergene: A,C,G	kcal 639	Allergene: A,C,G	kcal 578	Allergene: A,C,G,L	kcal 717
DO 14.02.	Hühnersuppe mit Grießnockerln ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln	0,6 3,3	Kürbiscremesuppe GEMÜSELASAGNE mit Tomatensauce	0,6 5,8	Knoblauchrahmsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,5 2,7
	Allergene: A,C,D,G,L	kcal 612	Allergene: A,G,L	kcal 622	Allergene: A,G	kcal 427
FR 15.02.	Kürbiscremesuppe RINDSGULASCH mit Nockerln	0,6 3,9	Hühnersuppe mit Nudeln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis	0,7 3,2	Buchstabensuppe SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	0,7 2,2
	Allergene: A,C,G,L	kcal 657	Allergene: A,C,G,L	kcal 423	Allergene: A,L	kcal 410
SA 16.02.	Knoblauchrahmsuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,5 5,1	Klare Suppe Backerbsen ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln	0,1 0,6 3,3	Kürbiscremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	0,6 4,8
	Allergene: A,G,L	kcal 750	Allergene: A,C,D,G	kcal 614	Allergene: A,C,G,L	kcal 666
SO 17.02.	Klare Suppe Backerbsen CHAMPIGNONSCHNITZEL mit Kräuterreis	0,1 0,6 3,8	Maiscremesuppe SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	1,3 2,2	Leberknödelsuppe RINDSGULASCH mit Nockerln	0,7 3,9
	Allergene: A,C,G	kcal 618	Allergene: A,G,L	kcal 498	Allergene: A,C	kcal 563

ESSEN AUF RÄDERN

Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET

Diese Organisation liefert das Wochenpaket direkt zu Ihnen nach Hause.

SAMARITERBUND
WIEN
Kerschensteingasse 20
1120 Wien



Tel. (01) 89 145-173
Mail: menueservices@samariterbund.net
www.menueservices.at

Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung:

A - glutenhaltiges Getreide	E - Erdnuss	L - Sellerie	P - Lupinen
B - Krebstiere	F - Soja	M - Senf	R - Weichtiere
C - Ei	G - Milch od. Laktose	N - Sesam	
D - Fisch	H - Schalenfrüchte	O - Sulfite	

ZUBEREITUNGSTIPP

Wärmen Sie die gekühlten Speisen in der Mikrowelle, im Backrohr oder im Wasserbad. Auf dem Etikett jeder Speise finden Sie die genauen Angaben für die Zubereitung (Temperatur, Zeit).

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 18.02.	Teigmuschelsuppe SCHWEINSSCHNITZEL "KAISER ART" mit Penne mit Erbsen	0,6 4,5	Kräutertropfteigsuppe RAHMFLIECH mit Hörnchen	0,6 5,4	Gärtnerinnensuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kürbisgemüse und Salzkartoffeln	0,3 3,1
	Allergene: A,C,G	kcal 704	Allergene: A,C,G	kcal 720	Allergene: A,C,G,L	kcal 455
DI 19.02.	Lauchcremesuppe FISCHFILET POMODORE in Käse-Tomaten- sauce mit Reis	0,7 5,8	Teigmuschelsuppe GEFÜLLTE KALBSBRUST im Natursaft mit feinem Kräuterreis	0,6 5,9	Karfiolsuppe PENNE mit Pilzsauce	0,6 4,9
	Allergene: A,C,D,F,G,L	kcal 602	Allergene: A,C,G	kcal 690	Allergene: A,C,G	kcal 538
MI 20.02.	Kräutertropfteigsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kürbisgemüse und Salzkartoffeln	0,6 3,1	Lauchcremesuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,7 6,8	Linsensuppe mit Speck GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,2 3,0
	Allergene: A,C,G	kcal 488	Allergene: A,C,G	kcal 708	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 576
DO 21.02.	Karfiolsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Eisprudelsuppe EIERNÖCKERL Roter Rübensalat	0,1 6,0 0,8	Lauchcremesuppe NUDEL-KÄSEAUFLAUF mit Tomatenragout	0,7 5,5
	Allergene: A,C,G	kcal 708	Allergene: A,C,G	kcal 716	Allergene: A,C,G	kcal 643
FR 22.02.	Gelbe Rübensuppe PENNE mit Pilzsauce	0,9 4,9	Karfiolsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kürbisgemüse und Salzkartoffeln	0,6 3,1	Gelbe Rübensuppe KAISERSCHMÄRREN mit Apfelmus	0,9 6,5
	Allergene: A,C,G,L	kcal 550	Allergene: A,C,G	kcal 539	Allergene: A,C,G,L	kcal 699
SA 23.02.	Linsensuppe mit Speck NUDEL-KÄSEAUFLAUF mit Tomatenragout	0,2 5,5	Gärtnerinnensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen	0,3 4,7	Teigmuschelsuppe FISCHFILET POMODORE in Käse-Tomaten- sauce mit Reis	0,6 5,8
	Allergene: A,C,G,L	kcal 639	Allergene: A,C,G,L	kcal 462	Allergene: A,C,D,F,G,L	kcal 524
SO 24.02.	Gärtnerinnensuppe GEBRATENE HÜHNERKEULE mit Risipisi	0,3 2,7	Gelbe Rübensuppe GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,9 3,0	Kräutertropfteigsuppe SCHWEINSSCHNITZEL "KAISER ART" mit Penne mit Erbsen	0,6 4,5
	Allergene: A,C,L	kcal 672	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 591	Allergene: A,C,G	kcal 731

ESSEN AUF RÄDERN

Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET



Das Tagesmenü

Beliebte traditionelle Speisen, für all jene, die die österreichische und internationale Küche lieben!

Das leichte Vollkostmenü

Schonend gekocht und mild gewürzt.

Das bewusste Menü

Unterstützt Sie bei einer ausgewogenen Ernährung.



Eine empfohlene Wahl der Diabetes Initiative Österreich

EW Extra Weich

SF Schweinefleischfrei

In diesen weißen Kreisen können Sie Ihren persönlichen Wochenplan ankreuzen

JEDE WOCH E IN BESONDERES EXTRA IM WOCHENPAKET!

Frisches Obst, Milchprodukte, Getränke, süße Überraschungen

VITALTIPP

Trinken Sie mindestens 1,5 bis 2 Liter täglich! Am besten dafür geeignet sind Wasser, Mineralwasser, stark verdünnte Obstsaftsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 25.02. - 03.03.2019 (KW 09)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 25.02.	Grießnockerlsuppe VEGETARISCHE SPÄTZLEPFANNE	0,6 4,9	Kartoffelcremesuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,8 2,4	Dillkräutersuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln	0,6 3,4
		(SF)		(EW) (SF)		(EW)
	Allergene: A,C,G	kcal 677	Allergene: A,C,G	kcal 568	Allergene: A,C,G	kcal 580
DI 26.02.	Dillkräutersuppe SCHWEINSBRATEN mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat	0,6 1,7	Hühnersuppe mit Nudeln HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,7 2,0	Grießnockerlsuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis	0,6 5,1
				(SF)		
	Allergene: A,C,G	kcal 520	Allergene: A,C,G,L	kcal 454	Allergene: A,C,G,L	kcal 874
MI 27.02.	Hühnersuppe mit Nudeln NUSS-SCHMARREN Birnenmus Staubzucker	0,7 8,6 2,8 0,8	Kräutertropfteigsuppe SEELACHSFILET mit Petersilkartoffeln und Zucchini-Gemüse	0,6 2,6	Teigreissuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	1,1 2,4
		(SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,H,L	kcal 1202	Allergene: A,C,D	kcal 405	Allergene: A,C,G	kcal 529
DO 28.02.	Kartoffelcremesuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln	0,8 3,4	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	1,1 4,5	Selleriecremesuppe VEGETARISCHE SPÄTZLEPFANNE	0,6 4,9
		(EW)		(SF)		(SF)
	Allergene: A,C,G	kcal 604	Allergene: A,C,G,L	kcal 750	Allergene: A,C,G,L	kcal 603
FR 01.03.	Selleriecremesuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis	0,6 5,1	Dillkräutersuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout	0,6 7,2	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0
				(EW) (SF)		(SF)
	Allergene: A,G,L	kcal 800	Allergene: A,G	kcal 643	Allergene: A,G	kcal 505
SA 02.03.	Teigreissuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	1,1 2,4	Selleriecremesuppe TOPFENKNÖDEL mit Marillenröster Staubzucker	0,6 7,1 0,8	Kräutertropfteigsuppe SEELACHSFILET mit Petersilkartoffeln und Zucchini-Gemüse	0,6 2,6
		(EW) (SF)		(SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G	kcal 529	Allergene: A,C,G,L	kcal 624	Allergene: A,C,D	kcal 405
SO 03.03.	Leberknödelsuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,7 2,0	Grießnockerlsuppe KALBSBRATEN mit Reis und Babykarotten	0,6 3,3	Hühnersuppe mit Nudeln SCHWEINSBRATEN mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat	0,7 1,7
		(SF)		(SF)		
	Allergene: A,C,G	kcal 474	Allergene: A,C,G	kcal 583	Allergene: A,C,G,L	kcal 494

ESSEN AUF RÄDERN

Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET

Diese Organisation liefert das Wochenpaket direkt zu Ihnen nach Hause.

SAMARITERBUND
WIEN
Kerschensteingasse 20
1120 Wien



Tel. (01) 89 145-173
Mail: menueservices@samariterbund.net
www.menueservices.at

Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung:

- | | | | |
|-----------------------------|-----------------------|--------------|----------------|
| A - glutenhaltiges Getreide | E - Erdnuss | L - Sellerie | P - Lupinen |
| B - Krebstiere | F - Soja | M - Senf | R - Weichtiere |
| C - Ei | G - Milch od. Laktose | N - Sesam | |
| D - Fisch | H - Schalenfrüchte | O - Sulfite | |

ZUBEREITUNGSTIPP

Wärmen Sie die gekühlten Speisen in der Mikrowelle, im Backrohr oder im Wasserbad. Auf dem Etikett jeder Speise finden Sie die genauen Angaben für die Zubereitung (Temperatur, Zeit).