

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 30.04.	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 EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,1 5,7 0,8
	Allergene: A,C,G,L	kcal 821	Allergene: A,C,F,L	kcal 463	Allergene: A,C,G	kcal 610
DI 01.05.	Eisprudelsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren	0,1 2,4	Grießsuppe SCHWEINSGESCHNETZELTES IN KRÄUTERRAHMSAUCE mit Reis	0,5 3,9	Gärtnerinnensuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,4 3,6
	Allergene: A,C,G,L,O	kcal 444	Allergene: A,C,G,L	kcal 625	Allergene: A,C,G,L	kcal 580
MI 02.05.	Zwiebelsuppe EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,3 5,7 0,8	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,4 2,7	Hühnersuppe mit Nudeln CEVAPCICI mit Letscho und Reis	0,7 5,3
	Allergene: A,C,G	kcal 591	Allergene: A,C,G,L	kcal 498	Allergene: A,C,L,M	kcal 650
DO 03.05.	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 04.05.	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 05.05.	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 06.05.	Gärtnerinnensuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,4 3,6	Kräutertropfteigsuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln	0,6 3,9	Grießsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren	0,5 2,4
	Allergene: A,C,G,L	kcal 580	Allergene: A,C,G,L	kcal 576	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 Obstsaft oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 07.05. - 13.05.2018 (KW 19)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 07.05.	Leberknödelsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,7 3,3	Hühnersuppe mit Grießnockerln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis	0,6 3,6	Maiscremesuppe SPINATPALATSCHINKEN mit Käsesauce	1,3 3,4
	Allergene: A,C,G	kcal 381	Allergene: A,C,G,L	kcal 474	Allergene: A,C,G	kcal 624
DI 08.05.	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUF mit Pflirsichragout	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 09.05.	Selleriecremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	0,6 5,1	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUF mit Pflirsichragout	0,7 5,6	Klare Suppe Backerbsen MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,1 0,6 5,1
	Allergene: A,C,G,L	kcal 585	Allergene: A,C,G	kcal 578	Allergene: A,C,G,L	kcal 717
DO 10.05.	Hühnersuppe mit Grießnockerln FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kümmelkartoffeln und Kohl	0,6 2,9	Selleriecremesuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,6 5,1	Knoblauchrahmsuppe HÜHNERSCHNITZEL in Zwiebelrahmsauce mit Kräuterreis	1,1 4,4
	Allergene: A,C,G,L	kcal 599	Allergene: A,G,L	kcal 684	Allergene: A,G	kcal 679
FR 11.05.	Maiscremesuppe ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln	1,3 3,3	Hühnersuppe mit Nudeln GEMÜSELASAGNE mit Tomatensauce	0,7 5,8	Selleriecremesuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,6 3,3
	Allergene: A,D,G	kcal 664	Allergene: A,C,G,L	kcal 508	Allergene: A,G,L	kcal 365
SA 12.05.	Knoblauchrahmsuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	1,1 5,1	Klare Suppe Backerbsen ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln	0,1 0,6 3,3	Buchstabensuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	0,7 5,1
	Allergene: A,G,L	kcal 771	Allergene: A,C,D,G	kcal 614	Allergene: A,C,G	kcal 580
SO 13.05.	Klare Suppe Backerbsen HÜHNERSCHNITZEL in Zwiebelrahmsauce mit Kräuterreis	0,1 0,6 4,4	Maiscremesuppe GEFÜLLTE KALBSBRUST im Natursaft mit feinem Kräuterreis	1,3 5,9	Leberknödelsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kümmelkartoffeln und Kohl	0,7 2,9
	Allergene: A,C,G	kcal 625	Allergene: A,C,G	kcal 795	Allergene: A,C,G	kcal 584

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 14.05.	Teigmuschelsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Kräutertropfteigsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout	0,6 7,2	Gärtnerinnensuppe FIOLENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,4 4,2
		(SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G	kcal 630	Allergene: A,C,G	kcal 626	Allergene: A,C,G,L	kcal 362
DI 15.05.	Lauchcremesuppe FIOLENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,7 4,2	Teigmuschelsuppe EIERNÖCKERL Roter Rübensalat	0,6 6,0 0,8	Karfiolsuppe RAHMFLAISCH mit Hörnchen	0,6 5,4
		(EW) (SF)		(SF)		
	Allergene: A,G	kcal 448	Allergene: A,C,G	kcal 700	Allergene: A,G	kcal 770
MI 16.05.	Kräutertropfteigsuppe GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,6 3,0	Lauchcremesuppe KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,7 2,7	Linsensuppe mit Speck KAISERSCHMARREN mit Apfelmus	0,2 6,5
		(SF)		(EW) (SF)		(EW)
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 529	Allergene: A,C,G,L	kcal 555	Allergene: A,C,G,L	kcal 684
DO 17.05.	Karfiolsuppe KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,6 2,7	Eisprudelsuppe RAHMFLAISCH mit Hörnchen	0,1 5,4	Lauchcremesuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout	0,7 4,7
		(EW) (SF)				(SF)
	Allergene: A,C,G,L	kcal 554	Allergene: A,C,G	kcal 709	Allergene: A,C,G	kcal 626
FR 18.05.	Gelbe Rübensuppe HOKIFILET in Dill-Senfsauce und Salzkartoffeln	0,9 2,8	Karfiolsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Gelbe Rübensuppe GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,9 3,0
		(EW) (SF)		(SF)		(SF)
	Allergene: A,D,G,L,M	kcal 522	Allergene: A,C,G	kcal 708	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 591
SA 19.05.	Linsensuppe mit Speck BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout	0,2 4,7	Gärtnerinnensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen	0,4 4,7	Teigmuschelsuppe HOKIFILET in Dill-Senfsauce und Salzkartoffeln	0,6 2,8
				(EW) (SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,L	kcal 622	Allergene: A,C,G,L	kcal 460	Allergene: A,D,G,M	kcal 432
SO 20.05.	Gärtnerinnensuppe GEBRATENE HÜHNERKEULE mit Risipisi	0,4 2,7	Gelbe Rübensuppe GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,9 3,0	Kräutertropfteigsuppe KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,6 2,7
		(SF)		(SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,L	kcal 671	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 591	Allergene: A,C,G,L	kcal 504

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 Obstsaftsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 21.05. - 27.05.2018 (KW 21)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 21.05.	Grießnockerlsuppe SURBRATEN mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut	0,6 3,4	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0	Dillkräutersuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUH mit gedrehten Hörnchen	0,6 4,5
	Allergene: A,C	kcal 617	Allergene: A,G	kcal 505	Allergene: A,C,G,L	kcal 764
DI 22.05.	Dillkräutersuppe RAHMFISOLEN mit Salzkartoffeln	0,6 3,3	Hühnersuppe mit Nudeln GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,7 2,4	Grießnockerlsuppe LAUCHRAHMNUDELN mit Hühnerbruststücken	0,6 5,2
	Allergene: A,G	kcal 326	Allergene: A,C,G,L	kcal 517	Allergene: A,C,G	kcal 664
MI 23.05.	Hühnersuppe mit Nudeln KAISERSCHMARREN Erdbeermus Staubzucker	0,7 8,2 2,3 0,8	Kräutertropfteigsuppe SEELACHSWÜRFEL IN DILLSAUCE mit Reis	0,6 5,0	Teigreissuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	1,1 2,4
	Allergene: A,C,G,L	kcal 966	Allergene: A,C,D,G	kcal 508	Allergene: A,C,G	kcal 529
DO 24.05.	Kartoffelcremesuppe LEBERKÄSE GEBRATEN mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,8 2,9	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUH mit gedrehten Hörnchen	1,1 4,5	Selleriecremesuppe RAHMFISOLEN mit Salzkartoffeln	0,6 3,3
	Allergene: A,G	kcal 590	Allergene: A,C,G,L	kcal 750	Allergene: A,G,L	kcal 304
FR 25.05.	Selleriecremesuppe LAUCHRAHMNUDELN mit Hühnerbruststücken	0,6 5,2	Dillkräutersuppe KALBSBRATEN mit Reis und Babykarotten	0,6 3,3	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0
	Allergene: A,C,G,L	kcal 591	Allergene: A,G	kcal 532	Allergene: A,G	kcal 505
SA 26.05.	Teigreissuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	1,1 2,4	Selleriecremesuppe TOPFENKNÖDEL mit Marillenröster Staubzucker	0,6 7,1 0,8	Kräutertropfteigsuppe SEELACHSWÜRFEL IN DILLSAUCE mit Reis	0,6 5,0
	Allergene: A,C,G	kcal 529	Allergene: A,C,G,L	kcal 624	Allergene: A,C,D,G	kcal 508
SO 27.05.	Leberknödelsuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,7 2,0	Grießnockerlsuppe SAFTFLEISCH mit Hörnchen und Karottengemüse	0,6 3,9	Hühnersuppe mit Nudeln SURBRATEN mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut	0,7 3,4
	Allergene: A,C,G	kcal 474	Allergene: A,C,L	kcal 627	Allergene: A,C,L	kcal 539

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).