

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 27.05.	Grießsuppe KAISERSCHMARREN Erdbeermus Staubzucker	0,5 8,2 2,3 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 948	Allergene: A,C,F,L	kcal 463	Allergene: A,C,G	kcal 386
DI 28.05.	Eisprudelsuppe GERÖSTETE LEBER von der Pute mit Petersilkkartoffeln	0,1 3,8	Grießsuppe SCHWEINSGESCHNETZELTES IN KRÄUTERRAHMSAUCE mit Reis	0,5 3,9	Gärtnerinnensuppe BROCCOLI-LACHSAUFLAUF mit Dillsauce	0,3 2,5
	Allergene: C	kcal 472	Allergene: A,C,G,L	kcal 625	Allergene: A,C,D,G,L	kcal 509
MI 29.05.	Zwiebelsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,3 2,6	Gärtnerinnensuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,3 5,6	Hühnersuppe mit Nudeln CEVAPCICI mit Letscho und Reis	0,7 5,3
	Allergene: A,C,G	kcal 368	Allergene: A,C,G,L	kcal 634	Allergene: A,C,L,M	kcal 649
DO 30.05.	Kohlrabicremesuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren	0,5 2,5	Eisprudelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,1 2,7	Zwiebelsuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,3 3,7
	Allergene: A,G,L,O	kcal 451	Allergene: A,C,G	kcal 522	Allergene: A,C	kcal 638
FR 31.05.	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 649	Allergene: A,C,G	kcal 377	Allergene: A,C,G	kcal 600
SA 01.06.	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 621	Allergene: A,C,F,G,L	kcal 471
SO 02.06.	Gärtnerinnensuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,3 3,7	Kräutertropfteigsuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln	0,6 3,7	Grießsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren	0,5 2,5
	Allergene: A,C,L	kcal 635	Allergene: A,C,G,L	kcal 666	Allergene: A,C,G,L,O	kcal 445

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 03.06. - 09.06.2019 (KW 23)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 03.06.	Leberknödelsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,6 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 375	Allergene: A,C,G,L	kcal 715	Allergene: A,G	kcal 510
DI 04.06.	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUFLAUF 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 05.06.	Maiscremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	1,3 4,8	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUFLAUF mit Pflirsichragout	0,7 5,6	Klare Suppe Backerbsen MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,1 0,6 5,1
	Allergene: A,C,G	kcal 636	Allergene: A,C,G	kcal 578	Allergene: A,C,G,L	kcal 717
DO 06.06.	Hühnersuppe mit Grießnockerln ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln	0,6 3,3	Kartoffelcremesuppe GEMÜSELASAGNE mit Tomatensauce	0,8 5,8	Knoblauchrahmsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,5 2,7
	Allergene: A,C,D,G,L	kcal 612	Allergene: A,G	kcal 559	Allergene: A,G	kcal 427
FR 07.06.	Kartoffelcremesuppe PAPRIKAHENDLRAGOUT mit Spätzle	0,8 4,1	Hühnersuppe mit Nudeln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis	0,7 3,2	Buchstabensuppe SCHWEINSKÄRREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	0,7 2,2
	Allergene: A,C,G	kcal 670	Allergene: A,C,G,L	kcal 423	Allergene: A,L	kcal 410
SA 08.06.	Knoblauchrahmsuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,5 5,1	Klare Suppe Backerbsen ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln	0,1 0,6 3,3	Kartoffelcremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	0,8 4,8
	Allergene: A,G,L	kcal 750	Allergene: A,C,D,G	kcal 614	Allergene: A,C,G	kcal 600
SO 09.06.	Klare Suppe Backerbsen CHAMPIGNONSCHNITZEL mit Kräuterreis	0,1 0,6 3,8	Maiscremesuppe SCHWEINSKÄRREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	1,3 2,2	Leberknödelsuppe PAPRIKAHENDLRAGOUT mit Spätzle	0,6 4,1
	Allergene: A,C,G	kcal 618	Allergene: A,G,L	kcal 498	Allergene: A,C,G	kcal 638

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 10.06.	Teigmuschelsuppe LEBERKÄSE GEBRATEN mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,6 2,9	Kräutertropfteigsuppe GEFÜLLTE KALBSBRUST im Natursaft mit feinem Kräuterreis	0,6 5,9	Gärtnerinnensuppe GEBR.TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,3 3,0
	Allergene: A,G	kcal 521	Allergene: A,C,G	kcal 718	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 496
DI 11.06.	Lauchcremesuppe FISCHFILET POMODORE in Käse-Tomaten- sauce mit Reis	0,7 5,8	Teigmuschelsuppe RAHMFLAISCH mit Hörnchen	0,6 5,4	Karfiolsuppe KAISERSCHMARREN mit Apfelmus	0,6 6,5
	Allergene: A,C,D,F,G,L	kcal 602	Allergene: A,G	kcal 693	Allergene: A,C,G	kcal 687
MI 12.06.	Kräutertropfteigsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Lauchcremesuppe EIERNOCKERL Roter Rübensalat	0,7 6,0 0,8	Linsensuppe mit Speck PENNE mit Tomatensauce	0,2 4,7
	Allergene: A,C,G	kcal 657	Allergene: A,C,G	kcal 778	Allergene: A,C,L	kcal 486
DO 13.06.	Karfiolsuppe KARTOFFEL- BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce	0,6 3,5	Eisprudelsuppe PENNE mit Tomatensauce	0,1 4,7	Lauchcremesuppe SPINATPALATSCHINKEN mit Käsesauce	0,7 3,3
	Allergene: A,C,G	kcal 572	Allergene: A,C	kcal 428	Allergene: A,C,G	kcal 606
FR 14.06.	Gelbe Rübensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen	0,9 4,7	Karfiolsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Gelbe Rübensuppe GEFÜLLTE KALBSBRUST im Natursaft mit feinem Kräuterreis	0,9 5,9
	Allergene: A,G,L	kcal 557	Allergene: A,C,G	kcal 708	Allergene: A,C,G,L	kcal 780
SA 15.06.	Linsensuppe mit Speck FRANKFURTER mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln	0,2 2,8	Gärtnerinnensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen	0,3 4,7	Teigmuschelsuppe FISCHFILET POMODORE in Käse-Tomaten- sauce mit Reis	0,6 5,8
	Allergene: A,G,L,M	kcal 586	Allergene: A,C,G,L	kcal 462	Allergene: A,C,D,F,G,L	kcal 524
SO 16.06.	Gärtnerinnensuppe GEFÜLLTE KALBSBRUST im Natursaft mit feinem Kräuterreis	0,3 5,9	Gelbe Rübensuppe GEBR.TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,9 3,0	Kräutertropfteigsuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen	0,6 4,7
	Allergene: A,C,G,L	kcal 685	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 591	Allergene: A,C,G	kcal 495

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 EINE 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 17.06. - 23.06.2019 (KW 25)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 17.06.	Grießnockerlsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kümmelkartoffeln und Kohl	0,6 2,9	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0	Dillkräutersuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis	0,6 5,1
	Allergene: A,C,G	kcal 642	Allergene: A,G	kcal 505	Allergene: A,G,L	kcal 822
DI 18.06.	Dillkräutersuppe VEGETARISCHE SPÄTZLEPFANNE	0,6 4,6	Hühnersuppe mit Nudeln GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,7 2,4	Grießnockerlsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kümmelkartoffeln und Kohl	0,6 2,9
	Allergene: A,C,G	kcal 631	Allergene: A,C,G,L	kcal 517	Allergene: A,C,G	kcal 642
MI 19.06.	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
	Allergene: A,C,G,H,L	kcal 1202	Allergene: A,C,D	kcal 405	Allergene: A,C,G	kcal 529
DO 20.06.	Kartoffelcremesuppe BURGUNDER RINDSBRATEN mit Serviettenknödeln	0,8 3,9	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	1,1 4,5	Selleriecremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,6 2,0
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 637	Allergene: A,C,G,L	kcal 750	Allergene: A,G,L	kcal 458
FR 21.06.	Selleriecremesuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis	0,6 5,1	Dillkräutersuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout	0,6 7,2	Kartoffelcremesuppe VEGETARISCHE SPÄTZLEPFANNE	0,8 4,6
	Allergene: A,G,L	kcal 800	Allergene: A,G	kcal 643	Allergene: A,C,G	kcal 655
SA 22.06.	Teigreissuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	1,1 2,4	Selleriecremesuppe TOPFENKNÖDEL mit Marillenröster Staubzucker	0,6 7,9 0,8	Kräutertropfteigsuppe SEELACHSFILET mit Petersilkartoffeln und Zucchini-Gemüse	0,6 2,6
	Allergene: A,C,G	kcal 529	Allergene: A,C,G,L	kcal 655	Allergene: A,C,D	kcal 405
SO 23.06.	Leberknödelsuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,6 2,0	Grießnockerlsuppe KALBSBRATEN mit Reis und Babykarotten	0,6 3,3	Hühnersuppe mit Nudeln BURGUNDER RINDSBRATEN mit Serviettenknödeln	0,7 3,9
	Allergene: A,C,G	kcal 473	Allergene: A,C,G	kcal 583	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 586

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).