

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 25.06.	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 26.06.	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 3,6
	Allergene: A,C,G,L,O	kcal 444	Allergene: A,C,G,L	kcal 625	Allergene: A,C,G,L	kcal 582
MI 27.06.	Zwiebelsuppe EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,3 5,7 0,8	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,3 2,7	Hühnersuppe mit Nudeln LETSCHOFFLEISCH mit Reis	0,7 4,9
	Allergene: A,C,G	kcal 591	Allergene: A,C,G,L	kcal 500	Allergene: A,C,L	kcal 716
DO 28.06.	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 29.06.	Hühnersuppe mit Nudeln LETSCHOFFLEISCH mit Reis	0,7 4,9	Kohlrabicremesuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,5 2,6	Kräutertropfteigsuppe MOSTVIERTLER APFELSCHMARREN	0,6 5,4
	Allergene: A,C,L	kcal 716	Allergene: A,C,G	kcal 377	Allergene: A,C,G	kcal 600
SA 30.06.	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 624	Allergene: A,C,F,G,L	kcal 475
SO 01.07.	Gärtnerinnensuppe SCHOPFBRATEN mit Serviettenknödeln	0,3 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 582	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 Obstsaftsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 02.07. - 08.07.2018 (KW 27)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 02.07.	Leberknödelsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,7 3,3	Hühnersuppe mit Grießnockerln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis	0,6 3,2	Maiscremesuppe SPINATPALATSCHINKEN mit Käsesauce	1,3 3,3
	Allergene: A,C,G	kcal 381	Allergene: A,C,G,L	kcal 458	Allergene: A,C,G	kcal 633
DI 03.07.	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 04.07.	Selleriecremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	0,6 5,1	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUF mit Pflirsichragout	0,7 5,6	Klare Suppe Backerbsen FRANKFURTER mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln	0,1 0,6 2,8
	Allergene: A,C,G,L	kcal 585	Allergene: A,C,G	kcal 578	Allergene: A,C,G,M	kcal 567
DO 05.07.	Hühnersuppe mit Grießnockerln FRANKFURTER mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln	0,6 2,8	Selleriecremesuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,6 5,1	Knoblauchrahmsuppe HÜHNERSCHNITZEL in Zwiebelrahmsauce mit Kräuterreis	1,1 4,4
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 565	Allergene: A,G,L	kcal 684	Allergene: A,G	kcal 679
FR 06.07.	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 07.07.	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 08.07.	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 MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,7 5,1
	Allergene: A,C,G	kcal 625	Allergene: A,C,G	kcal 795	Allergene: A,C,G,L	kcal 700

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 09.07.	Teigmuschelsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Kräutertropfteigsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout	0,6 7,2	Gärtnerinnensuppe FIOLENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,3 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 364
DI 10.07.	Lauchcremesuppe FIOLENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,7 4,2	Teigmuschelsuppe EIERNÖCKERL Roter Rübensalat	0,6 6,0 0,8	Karfiolsuppe RAHMFLEISCH 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 11.07.	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 12.07.	Karfiolsuppe KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,6 2,7	Eisprudelsuppe RAHMFLEISCH mit Hörnchen	0,1 5,4	Lauchcremesuppe KARTOFFEL- BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce	0,7 3,5
		(EW) (SF)				(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,L	kcal 554	Allergene: A,C,G	kcal 709	Allergene: A,C,G	kcal 572
FR 13.07.	Gelbe Rübensuppe FISCHFILET POMODORE in Käse-Tomaten- sauce mit Reis	0,9 5,8	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,C,D,F,G,L	kcal 613	Allergene: A,C,G	kcal 708	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 591
SA 14.07.	Linsensuppe mit Speck KARTOFFEL- BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce	0,2 3,5	Gärtnerinnensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen	0,3 4,7	Teigmuschelsuppe FISCHFILET POMODORE in Käse-Tomaten- sauce mit Reis	0,6 5,8
		(EW)		(EW) (SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,L	kcal 568	Allergene: A,C,G,L	kcal 462	Allergene: A,C,D,F,G,L	kcal 524
SO 15.07.	Gärtnerinnensuppe GEBRATENE HÜHNERKEULE mit Risipisi	0,3 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 672	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 Obstsaft oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 16.07. - 22.07.2018 (KW 29)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 16.07.	Grießnockerlsuppe SURBRATEN mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut	0,6 3,4	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0	Dillkräutersuppe ENNSTALER BAUERNKNÖDEL auf Speck-Sauerkraut	0,6 4,1
	Allergene: A,C	kcal 617	Allergene: A,G	kcal 505	Allergene: A,C,G	kcal 581
DI 17.07.	Dillkräutersuppe RAHMFISOLEN mit Salzkartoffeln	0,6 3,3	Hühnersuppe mit Nudeln GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,7 2,4	Grießnockerlsuppe HÜHNERBRUSTSTREIFEN in Rahmsauce, Hörnchen und Paprikagemüse	0,6 4,8
	Allergene: A,G	kcal 326	Allergene: A,C,G,L	kcal 517	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 563
MI 18.07.	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 19.07.	Kartoffelcremesuppe ENNSTALER BAUERNKNÖDEL auf Speck-Sauerkraut	0,8 4,1	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	1,1 4,5	Selleriecremesuppe RAHMFISOLEN mit Salzkartoffeln	0,6 3,3
	Allergene: A,C,G	kcal 606	Allergene: A,C,G,L	kcal 750	Allergene: A,G,L	kcal 304
FR 20.07.	Selleriecremesuppe HÜHNERBRUSTSTREIFEN in Rahmsauce, Hörnchen und Paprikagemüse	0,6 4,8	Dillkräutersuppe KALBSBRATEN mit Reis und Babykarotten	0,6 3,3	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0
	Allergene: A,G,L,M	kcal 489	Allergene: A,G	kcal 532	Allergene: A,G	kcal 505
SA 21.07.	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 22.07.	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).