

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 23.07.	Buchstabensuppe PENNE mit Tomatensauce	0,7 4,7	Bozener Gemüsesuppe MARILLENPALATSCHINKEN Staubzucker	0,7 6,4 0,8	Eisprudelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse	0,1 4,8
	Allergene: A,C	kcal 429	Allergene: A,C,G,L	kcal 636	Allergene: A,C,G	kcal 622
DI 24.07.	Maiscremesuppe LINSEN MIT SPECK und Serviettenknödeln	1,3 5,5	Gelbe Rübensuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	0,9 2,9	Buchstabensuppe HASCHEEHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,7 5,5 0,8
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 682	Allergene: A,G,L	kcal 544	Allergene: A,C,L	kcal 722
MI 25.07.	Eisprudelsuppe MARILLENPALATSCHINKEN Staubzucker	0,1 6,4 0,8	Hühnersuppe mit Sternchen HASCHEEHÖRNCHEN Roter Rübensalat	1,3 5,5 0,8	Maiscremesuppe GEMÜSEPAELLA mit Tomatenragout	1,3 3,4
	Allergene: A,C,G	kcal 635	Allergene: A,C,L	kcal 745	Allergene: A,G	kcal 562
DO 26.07.	Bozener Gemüsesuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	0,7 2,9	Grießsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse	0,5 4,8	Hühnersuppe mit Sternchen HÜNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle	1,3 3,4
	Allergene: A,G,L	kcal 471	Allergene: A,C,G,L	kcal 607	Allergene: A,C,G,L	kcal 482
FR 27.07.	Grießsuppe HOKIFILET in Gemüsesauce mit Reis	0,5 5,1	Buchstabensuppe PENNE mit Tomatensauce	0,7 4,7	Gelbe Rübensuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,9 4,1
	Allergene: A,C,D,G,L	kcal 524	Allergene: A,C	kcal 429	Allergene: A,C,G,L	kcal 633
SA 28.07.	Gelbe Rübensuppe SCHWEINSPÖRKÖLT mit Spätzle	0,9 4,3	Maiscremesuppe HÜNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle	1,3 3,4	Bozener Gemüsesuppe HOKIFILET in Gemüsesauce mit Reis	0,7 5,1
	Allergene: A,C,G,L	kcal 793	Allergene: A,C,G	kcal 546	Allergene: A,D,G,L	kcal 541
SO 29.07.	Hühnersuppe mit Sternchen BLUNZENGRÖSTEL Linsensalat	1,3 2,6 0,1	Eisprudelsuppe KALBFLEISCH in Wurzelsauce mit Hörnchen	0,1 5,4	Grießsuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	0,5 2,9
	Allergene: A,L	kcal 869	Allergene: A,C,G,L	kcal 608	Allergene: A,C,G,L	kcal 455

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 Obstsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 30.07. - 05.08.2018 (KW 31)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 30.07.	Teigmuschelsuppe GRAMMELKNÖDEL mit Gabelkraut	0,6 3,1	Karfiolsuppe SPINATRAVIOLI in Tomatensauce	0,6 5,1	Kräutertropfteigsuppe HÜNERGESCHNETZELTES Gärtnerinnen Art mit Reis	0,6 3,4
	Allergene: A,C,G	kcal 701	Allergene: A,C,G	kcal 452	Allergene: A,C,G,L	kcal 467
DI 31.07.	Karfiolsuppe TOPFENAUF LAUF mit Himbeeren	0,6 9,1	Teigmuschelsuppe HÜNERGESCHNETZELTES Gärtnerinnen Art mit Reis	0,6 3,4	Hühnersuppe mit Grießnockerln SPINATRAVIOLI in Tomatensauce	0,6 5,1
	Allergene: A,C,G	kcal 867	Allergene: A,G,L	kcal 439	Allergene: A,C,G,L	kcal 427
MI 01.08.	Kräutertropfteigsuppe BOHNENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,6 2,3	Selleriecremesuppe TOPFENAUF LAUF mit Himbeeren	0,6 9,1	Karfiolsuppe CHAMPIGNONSAUCE mit Serviettenknödeln	0,6 4,4
	Allergene: A,C	kcal 456	Allergene: A,C,G,L	kcal 811	Allergene: A,C,G	kcal 603
DO 02.08.	Knoblauchrahmsuppe SPINATRAVIOLI in Tomatensauce	1,1 5,1	Dillkräutersuppe POLPETTI in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	0,6 4,5	Teigmuschelsuppe STEIR. WURZELFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 1,9
	Allergene: A,C,G	kcal 484	Allergene: A,C,G,L	kcal 603	Allergene: A,L	kcal 474
FR 03.08.	Selleriecremesuppe STEIR. WURZELFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 1,9	Zucchini-cremesuppe BLAUER SEEHECHT in Safransauce mit grünen Bandnudeln	0,6 4,2	Knoblauchrahmsuppe ROLLGERSTE-GEMÜSELAIB- CHEN MIT ERBSENRAHM- sauce, Salzkartoffeln	1,1 5,8
	Allergene: A,G,L	kcal 496	Allergene: A,D,G	kcal 567	Allergene: A,G,L	kcal 602
SA 04.08.	Zucchini-cremesuppe BLAUER SEEHECHT in Safransauce mit grünen Bandnudeln	0,6 4,2	Hühnersuppe mit Grießnockerln HÜNERBRUSTFILET in Tomaten-Basilikumsc mit Makkaroni	0,6 4,2	Selleriecremesuppe BOHNENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,6 2,3
	Allergene: A,D,G	kcal 567	Allergene: A,C,L	kcal 537	Allergene: A,G,L	kcal 450
SO 05.08.	Hühnersuppe mit Grießnockerln FASCHERTER BRATEN mit Kartoffelpüree und Erbsen	0,6 3,9	Kräutertropfteigsuppe STEIR. WURZELFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 1,9	Zucchini-cremesuppe POLPETTI in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	0,6 4,5
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 663	Allergene: A,C,L	kcal 502	Allergene: A,C,G,L	kcal 628

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 06.08.	Teigreissuppe PIKANTE SEMMELLAIBCHEN mit warmem Krautsalat	1,1 3,5	Kohlrabicremesuppe GEBR.TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,5 3,0	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,3 2,7
	Allergene: A,C,G	kcal 759	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 508	Allergene: A,C,G,L	kcal 500
DI 07.08.	Klare Rindsuppe mit Frittaten FISCHFILET NATUR in Weißweinwurzelsauce mit Petersilkkartoffeln	0,7 3,1	Teigreissuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	1,1 2,7	Rindsuppe mit Reibteig GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,7 2,4
	Allergene: A,B,C,D,G,L,R	kcal 502	Allergene: A,C,G	kcal 536	Allergene: A,C,G	kcal 564
MI 08.08.	Hühnersuppe mit Nudeln APFELSTRUDEL mit Vanillesauce	0,7 8,1	Rindsuppe mit Reibteig SPAGHETTI BOLOGNESE	0,7 4,8	Kohlrabicremesuppe PIKANTE SEMMELLAIBCHEN mit warmem Krautsalat	0,5 3,5
	Allergene: A,C,G,L	kcal 704	Allergene: A,C,L	kcal 609	Allergene: A,C,G	kcal 735
DO 09.08.	Kartoffelcremesuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,7	Klare Rindsuppe mit Frittaten APFELSTRUDEL mit Vanillesauce	0,7 8,1	Hühnersuppe mit Nudeln SPAGHETTI BOLOGNESE mit Hartkäse	0,7 4,8
	Allergene: A,C,G	kcal 575	Allergene: A,C,G	kcal 739	Allergene: A,C,G,L	kcal 584
FR 10.08.	Gärtnerinnensuppe ASIATISCHE HÜHNERPFANNE mit Reis	0,3 5,3	Kartoffelcremesuppe RAHMFLLEISCH mit Hörnchen	0,8 5,4	Teigreissuppe TOPFENGRIEBAUFLAUF mit Äpfeln und Pfirsichmus	1,1 3,5
	Allergene: A,C,F,G,L	kcal 552	Allergene: A,G	kcal 762	Allergene: A,C,G	kcal 526
SA 11.08.	Leberknödelsuppe RAHMFLLEISCH mit Hörnchen	0,7 5,4	Gärtnerinnensuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,3 2,4	Kartoffelcremesuppe FISCHFILET NATUR in Weißweinwurzelsauce mit Petersilkkartoffeln	0,8 3,1
	Allergene: A,C,G	kcal 731	Allergene: A,C,G,L	kcal 493	Allergene: A,B,D,G,L,R	kcal 519
SO 12.08.	Rindsuppe mit Reibteig PAPRIKA GEFÜLLT in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	0,7 3,8	Hühnersuppe mit Nudeln GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Dillkartoffeln	0,7 1,8	Klare Rindsuppe mit Frittaten RAHMFLLEISCH mit Hörnchen	0,7 5,4
	Allergene: A,C,M	kcal 460	Allergene: A,C,G,L	kcal 361	Allergene: A,C,G	kcal 745

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 Obstsaften oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 13.08. - 19.08.2018 (KW 33)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 13.08.	Klare Suppe Backerbsen KALBSBUTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,1 0,6 2,7	Gelbe Rübensuppe ESTERHAZYRINDSBRATEN mit Hörnchen	0,9 5,4	Maiscremesuppe HÜHNERBRÜSTFILET NATUR mit Spätzle	1,3 3,4
	Allergene: A,C,G,L	kcal 532	Allergene: A,G,L	kcal 711	Allergene: A,C,G	kcal 546
DI 14.08.	Hühnersuppe mit Sternchen HOKIFISCHFILET IN TOMATENSAUCE mit Reis	1,3 4,6	Kräutertropfteigsuppe MILCHREIS mit Beerenröster	0,6 7,8	Selleriecremesuppe KRAUTFLECKERL	0,6 4,9
	Allergene: A,D,G,L	kcal 611	Allergene: A,C,G	kcal 561	Allergene: A,C,G,L	kcal 439
MI 15.08.	Kräutertropfteigsuppe ESTERHAZYRINDSBRATEN mit Hörnchen	0,6 5,4	Rindsuppe mit Reibteig KALBSBUTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,7 2,7	Hühnersuppe mit Sternchen SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	1,3 2,9
	Allergene: A,C,G,L	kcal 649	Allergene: A,C,G,L	kcal 542	Allergene: A,G,L	kcal 495
DO 16.08.	Zucchini-cremesuppe MOHNUDELN mit Apfelmus	0,6 9,3	Hühnersuppe mit Sternchen LASAGNE Ricotta-Spinat mit Tomatensauce	1,3 4,8	Klare Suppe Backerbsen KALBSBUTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,1 0,6 2,7
	Allergene: A,C,G	kcal 762	Allergene: A,G,L	kcal 484	Allergene: A,C,G,L	kcal 532
FR 17.08.	Selleriecremesuppe KRAUTFLECKERL	0,6 4,9	Klare Suppe Backerbsen HÜHNERBRÜSTFILET NATUR mit Spätzle	0,1 0,6 3,4	Rindsuppe mit Reibteig GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln	0,7 4,1
	Allergene: A,C,G,L	kcal 439	Allergene: A,C,G	kcal 497	Allergene: A,C,G,M	kcal 627
SA 18.08.	Rindsuppe mit Reibteig GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln	0,7 4,1	Selleriecremesuppe HOKIFISCHFILET IN TOMATENSAUCE mit Reis	0,6 4,6	Zucchini-cremesuppe LASAGNE Ricotta-Spinat mit Tomatensauce	0,6 4,8
	Allergene: A,C,G,M	kcal 627	Allergene: A,D,G,L	kcal 592	Allergene: A,G,L	kcal 512
SO 19.08.	Maiscremesuppe HÜHNERBRÜSTFILET NATUR mit Spätzle	1,3 3,4	Zucchini-cremesuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	0,6 2,9	Kräutertropfteigsuppe ESTERHAZYRINDSBRATEN mit Hörnchen	0,6 5,4
	Allergene: A,C,G	kcal 546	Allergene: A,G,L	kcal 523	Allergene: A,C,G,L	kcal 649

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).