

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 19.08.	Buchstabensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse	0,7 4,8	Bozener Gemüsesuppe MARILLENPALATSCHINKEN Staubzucker	0,7 6,4 0,8	Eisprudelsuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,1 2,4
	Allergene: A,C,G	kcal 624	Allergene: A,C,G,L	kcal 636	Allergene: A,C,G	kcal 515
DI 20.08.	Maiscremesuppe PENNE mit Tomatensauce	1,3 4,7	Grießnockerlsuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,6 2,4	Buchstabensuppe HASCHEEHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,7 5,5 0,8
	Allergene: A,C,G	kcal 516	Allergene: A,C,G	kcal 595	Allergene: A,C,L	kcal 722
MI 21.08.	Grießnockerlsuppe CHILI CON CARNE mit Reis	0,6 5,8	Hühnersuppe mit Sternchen KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse	1,3 4,8	Maiscremesuppe HÜHNERBRÜSTFILET NATUR mit Spätzle	1,3 3,4
	Allergene: A,C	kcal 804	Allergene: A,C,G,L	kcal 647	Allergene: A,C,G	kcal 546
DO 22.08.	Bozener Gemüsesuppe MARILLENPALATSCHINKEN Staubzucker	0,7 6,4 0,8	Grießsuppe HASCHEEHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,5 5,5 0,8	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln ZARTWEIZENRISOTTO mit Gemüse	1,3 3,7
	Allergene: A,C,G,L	kcal 636	Allergene: A,C,L	kcal 705	Allergene: A,C,G,L	kcal 820
FR 23.08.	Grießsuppe HOKIFILET in Dill-Senfauce und Salzkartoffeln	0,5 2,7	Buchstabensuppe HÜHNERBRÜSTFILET NATUR mit Spätzle	0,7 3,4	Grießnockerlsuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,6 4,1
	Allergene: A,C,D,G,L,M	kcal 443	Allergene: A,C,G	kcal 459	Allergene: A,C,G	kcal 640
SA 24.08.	Eisprudelsuppe SCHINKENFLECKERL überbacken Roter Rübensalat	0,1 5,2 0,8	Maiscremesuppe PENNE mit Tomatensauce	1,3 4,7	Bozener Gemüsesuppe HOKIFILET in Dill-Senfauce und Salzkartoffeln	0,7 2,7
	Allergene: A,C,G	kcal 724	Allergene: A,C,G	kcal 516	Allergene: A,D,G,L,M	kcal 460
SO 25.08.	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln BLUNZENGRÖSTEL Linsensalat	1,3 3,6 0,1	Eisprudelsuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	0,1 2,9	Grießsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse	0,5 4,8
	Allergene: A,C,G,L	kcal 962	Allergene: A,C,G,L	kcal 471	Allergene: A,C,G,L	kcal 607

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!

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 26.08.	Teigmuschelsuppe GRAMMELKNÖDEL mit Gabelkraut	0,6 3,1	Karfiolsuppe SAFTFLEISCH mit Hörnchen und Karottengemüse	0,6 3,9	Kräutertropfteigsuppe HÜHNERRAGOUT Gärtnerinnen Art mit Reis	0,6 2,9
	Allergene: A,C,G	kcal 701	Allergene: A,G,L	kcal 610	Allergene: A,C,G,L	kcal 545
DI 27.08.	Karfiolsuppe TOPFENAUF LAUF mit Himbeeren	0,6 9,1	Teigmuschelsuppe HÜHNERRAGOUT Gärtnerinnen Art mit Reis	0,6 2,9	Hühnersuppe mit Grießnockerln SAFTFLEISCH mit Hörnchen und Karottengemüse	0,6 3,9
	Allergene: A,C,G	kcal 867	Allergene: A,G,L	kcal 517	Allergene: A,C,L	kcal 585
MI 28.08.	Kräutertropfteigsuppe FISOLENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,6 4,2	Selleriecremesuppe TOPFENAUF LAUF mit Himbeeren	0,6 9,1	Karfiolsuppe CHAMPIGNONSAUCE mit Serviettenknödeln	0,6 4,3
	Allergene: A,C,G	kcal 397	Allergene: A,C,G,L	kcal 811	Allergene: A,C,G	kcal 590
DO 29.08.	Knoblauchrahmsuppe HÜHNERBRUSTSTREIFEN in Rahmsauce, Hörnchen und Paprikagemüse	0,5 4,7	Dillkräutersuppe POLPETTI in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	0,6 4,5	Teigmuschelsuppe STEIR. WURZELFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 1,9
	Allergene: A,G,L,M	kcal 566	Allergene: A,C,G,L	kcal 603	Allergene: A,L	kcal 474
FR 30.08.	Selleriecremesuppe STEIR. WURZELFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 1,9	Zucchini-cremesuppe ALASKA-SEELACHS MÜLLERIN-ART mit Gemüse und Reis	0,7 4,2	Knoblauchrahmsuppe GEMÜSENUDEL TASCHEN mit gelber Paprikarahmsauce	0,5 4,4
	Allergene: A,G,L	kcal 496	Allergene: A,D,G	kcal 571	Allergene: A,C,G	kcal 534
SA 31.08.	Zucchini-cremesuppe ALASKA-SEELACHS MÜLLERIN-ART mit Gemüse und Reis	0,7 4,2	Hühnersuppe mit Grießnockerln HÜHNERBRUSTFILET in Tomaten-Basilikumsc mit Makkaroni	0,6 4,2	Selleriecremesuppe FISOLENGULASCH mit Salzkartoffeln	0,6 4,2
	Allergene: A,D,G	kcal 571	Allergene: A,C,L	kcal 537	Allergene: A,G,L	kcal 392
SO 01.09.	Hühnersuppe mit Grießnockerln FASCHIRTER BRATEN mit Kartoffelpüree und Erbsen	0,6 2,8	Kräutertropfteigsuppe STEIR. WURZELFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 1,9	Zucchini-cremesuppe POLPETTI in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	0,7 4,5
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 669	Allergene: A,C,L	kcal 502	Allergene: A,C,G,L	kcal 623

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 02.09.	Teigreissuppe KRAUTFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	1,1 3,2	Kohlrabicremesuppe GEBR.TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	0,5 2,8	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree Karottensalat	0,3 2,7
	Allergene: A,C,G	kcal 651	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 508	Allergene: A,C,G,L	kcal 611
DI 03.09.	Klare Rindsuppe mit Frittaten FISCHFILET NATUR in Weißweinwurzelsauce mit Petersilkkartoffeln	0,7 3,1	Teigreissuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree Karottensalat	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 647	Allergene: A,C,G	kcal 564
MI 04.09.	Hühnersuppe mit Nudeln APFELSTRUDEL mit Vanillesauce	0,7 8,1	Rindsuppe mit Reibteig SPAGHETTI BOLOGNESE	0,7 4,8	Kohlrabicremesuppe KRAUTFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,5 3,2
	Allergene: A,C,G,L	kcal 704	Allergene: A,C,L	kcal 609	Allergene: A,G	kcal 627
DO 05.09.	Kartoffelcremesuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree Karottensalat	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 686	Allergene: A,C,G	kcal 739	Allergene: A,C,G,L	kcal 581
FR 06.09.	Gärtnerinnensuppe GESELCHTES mit Linsen und Semmelknödeln	0,3 2,9	Kartoffelcremesuppe RAHMFLLEISCH mit Hörnchen	0,8 5,4	Teigreissuppe TOPFENGRIEBAUFLAUF mit Äpfeln und Pflirsichmus	1,1 3,5
	Allergene: A,C,G,L,M	kcal 757	Allergene: A,G	kcal 762	Allergene: A,C,G	kcal 526
SA 07.09.	Leberknödelsuppe RAHMFLLEISCH mit Hörnchen	0,6 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 729	Allergene: A,C,G,L	kcal 493	Allergene: A,B,D,G,L,R	kcal 519
SO 08.09.	Rindsuppe mit Reibteig PAPRIKA GEFÜLLT in Tomatensauce mit Salzkartoffeln	0,7 3,8	Hühnersuppe mit Nudeln GEKOCHTES RINDFLLEISCH mit Dillkartoffeln	0,7 1,7	Klare Rindsuppe mit Frittaten RAHMFLLEISCH mit Hörnchen	0,7 5,4
	Allergene: A,C,M	kcal 459	Allergene: A,C,G,L	kcal 353	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 Obstsaftsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 09.09. - 15.09.2019 (KW 37)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 09.09.	Klare Suppe Backerbsen GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln	0,1 0,6 4,1	Gelbe Rübensuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	0,9 2,9	Maiscremesuppe GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Salzkartoffeln und Cremespinat	1,3 2,5
		(SF)				(SF)
	Allergene: A,C,G,M	kcal 617	Allergene: A,G,L	kcal 544	Allergene: A,G	kcal 656
DI 10.09.	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
		(EW) (SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,D,G,L	kcal 611	Allergene: A,C,G	kcal 561	Allergene: A,C,G,L	kcal 439
MI 11.09.	Kräutertropfteigsuppe KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,6 2,7	Rindsuppe mit Reibteig LASAGNE Ricotta-Spinat mit Tomatensauce	0,7 4,8	Hühnersuppe mit Sternchen SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	1,3 2,9
		(EW) (SF)		(EW) (SF)		
	Allergene: A,C,G,L	kcal 504	Allergene: A,C,G,L	kcal 509	Allergene: A,G,L	kcal 495
DO 12.09.	Zucchini-cremesuppe MOHNUDELN mit Apfelmus	0,7 9,3	Hühnersuppe mit Sternchen KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	1,3 2,7	Klare Suppe Backerbsen LASAGNE Ricotta-Spinat mit Tomatensauce	0,1 0,6 4,8
		(EW) (SF)		(EW) (SF)		(SF)
	Allergene: A,C,G	kcal 758	Allergene: A,C,G,L	kcal 517	Allergene: A,C,G,L	kcal 499
FR 13.09.	Selleriecremesuppe KRAUTFLECKERL	0,6 4,9	Klare Suppe Backerbsen HOKIFISCHFILET IN TOMATENSAUCE mit Reis	0,1 0,6 4,6	Rindsuppe mit Reibteig HÜHNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle Selleriesalat	0,7 3,4
		(EW) (SF)		(SF)		(SF)
	Allergene: A,C,G,L	kcal 439	Allergene: A,C,D,G	kcal 625	Allergene: A,C,G,L	kcal 626
SA 14.09.	Rindsuppe mit Reibteig GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Salzkartoffeln und Cremespinat	0,7 2,5	Selleriecremesuppe HÜHNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle Selleriesalat	0,6 3,4	Zucchini-cremesuppe GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln	0,7 4,1
		(SF)		(SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G	kcal 616	Allergene: A,C,G,L	kcal 583	Allergene: A,C,G,M	kcal 626
SO 15.09.	Maiscremesuppe HÜHNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle Selleriesalat	1,3 3,4	Zucchini-cremesuppe GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Salzkartoffeln und Cremespinat	0,7 2,5	Kräutertropfteigsuppe KALBSBÜTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	0,6 2,7
		(SF)		(SF)		(EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,L	kcal 665	Allergene: A,G	kcal 616	Allergene: A,C,G,L	kcal 504

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).