

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 20.08.	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 21.08.	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 22.08.	Zwiebelsuppe EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,3 5,7 0,8	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree Selleriesalat	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 619	Allergene: A,C,L	kcal 716
DO 23.08.	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 24.08.	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 25.08.	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 26.08.	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!

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 27.08.	Leberknödelsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen	0,7 3,3	Hühnersuppe mit Grießnockerln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis	0,6 3,2	Maiscremesuppe SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	1,3 2,2
	Allergene: A,C,G	kcal 381	Allergene: A,C,G,L	kcal 458	Allergene: A,G,L	kcal 498
DI 28.08.	Buchstabensuppe GRIEBAUFLAUF mit Pfirsichragout	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 29.08.	Selleriecremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara mit Hartkäse	0,6 5,1	Buchstabensuppe GRIEBAUFLAUF mit Pfirsichragout	0,7 5,6	Klare Suppe Backerbsen KRAUTFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,1 0,6 3,2
	Allergene: A,C,G,L	kcal 585	Allergene: A,C,G	kcal 578	Allergene: A,C,G	kcal 675
DO 30.08.	Hühnersuppe mit Grießnockerln KRAUTFLEISCH mit Kümmelkartoffeln	0,6 3,2	Selleriecremesuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,6 5,1	Knoblauchrahmsuppe HÜHNERSCHNITZEL in Zwiebelrahmsauce mit Kräuterreis	1,1 4,4
	Allergene: A,C,G,L	kcal 673	Allergene: A,G,L	kcal 684	Allergene: A,G	kcal 679
FR 31.08.	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 01.09.	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 02.09.	Klare Suppe Backerbsen HÜHNERSCHNITZEL in Zwiebelrahmsauce mit Kräuterreis	0,1 0,6 4,4	Maiscremesuppe SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	1,3 2,2	Leberknödelsuppe MATROSENFLEISCH mit Spiralen	0,7 5,1
	Allergene: A,C,G	kcal 625	Allergene: A,G,L	kcal 498	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 03.09.	Teigmuschelsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce	0,6 6,8	Kräutertropfteigsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout	0,6 7,2	Gärtnerinnensuppe GEMÜSENUDEL TASCHEN mit gelber Paprikarahmsauce	0,3 4,6
		(SF)		(EW) (SF)		(SF)
	Allergene: A,C,G	kcal 630	Allergene: A,C,G	kcal 626	Allergene: A,C,G,L	kcal 459
DI 04.09.	Lauchcremesuppe GEMÜSENUDEL TASCHEN mit gelber Paprikarahmsauce	0,7 4,6	Teigmuschelsuppe EIERNÖCKERL Roter Rübensalat	0,6 6,0 0,8	Karfiolsuppe RAHMFLEISCH mit Hörnchen	0,6 5,4
		(SF)		(SF)		
	Allergene: A,C,G	kcal 543	Allergene: A,C,G	kcal 700	Allergene: A,G	kcal 770
MI 05.09.	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 06.09.	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 07.09.	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 08.09.	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 09.09.	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 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 10.09. - 16.09.2018 (KW 37)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
		BE		BE		BE
MO 10.09.	Grießnockerlsuppe SURBRATEN mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut	0,6 3,0	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0	Dillkräutersuppe PIKANTES PÜTENRAGOUT mit Hörnchen	0,6 5,3
	Allergene: A,C	kcal 739	Allergene: A,G	kcal 505	Allergene: A,G	kcal 614
DI 11.09.	Dillkräutersuppe RAHMFISOLEN mit Salzkartoffeln	0,6 3,3	Hühnersuppe mit Nudeln GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,7 2,4	Grießnockerlsuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis	0,6 5,1
	Allergene: A,G	kcal 326	Allergene: A,C,G,L	kcal 517	Allergene: A,C,G,L	kcal 874
MI 12.09.	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 13.09.	Kartoffelcremesuppe PIKANTES PÜTENRAGOUT mit Hörnchen	0,8 5,3	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	1,1 4,5	Selleriecremesuppe RAHMFISOLEN mit Salzkartoffeln	0,6 3,3
	Allergene: A,G	kcal 638	Allergene: A,C,G,L	kcal 750	Allergene: A,G,L	kcal 304
FR 14.09.	Selleriecremesuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis	0,6 5,1	Dillkräutersuppe KALBSBRATEN mit Reis und Babykarotten	0,6 3,3	Kartoffelcremesuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,0
	Allergene: A,G,L	kcal 800	Allergene: A,G	kcal 532	Allergene: A,G	kcal 505
SA 15.09.	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 16.09.	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 3,0
	Allergene: A,C,G	kcal 474	Allergene: A,C,L	kcal 627	Allergene: A,C,L	kcal 661

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).