

Wochenpaket 10.03. - 16.03.2025 (KW 11)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
	BE		BE		BE	
MO 10.03.	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	0,6 4,4 SF	Gelbe Rübensuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,6 2,4 EW SF	Gärtnerinnensuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese	0,4 5,7 EW SF
	Allergene: A,C,G,L kcal 743		Allergene: A,C,G,L kcal 577		Allergene: A,C,F,L kcal 457	
DI 11.03.	Klare Rindsuppe Backerbsen SPAGHETTI mit Sojabolognese	0,7 5,7 SF	Teigreissuppe HASCHEEHÖRNCHEN	0,6 5,5 EW	Rindsuppe mit Reibteig KALBFLEISCHBALLCHEN mit Kartoffelpüree	0,4 2,8 EW SF
	Allergene: A,C,F,G,L kcal 515		Allergene: A,C,L kcal 658		Allergene: A,C,G kcal 653	
MI 12.03.	Hühnersuppe mit Nudeln GRAMMELKNÖDEL mit Gabelkraut	0,8 4,4 SF	Rindsuppe mit Reibteig APFELSTRUDEL mit Vanillesauce	0,4 8,1 SF	Gelbe Rübensuppe HOKIFILET in Dill-Senfsauce und Salzkartoffeln	0,6 2,7 EW SF
	Allergene: A,C,L kcal 720		Allergene: A,C,G kcal 672		Allergene: A,D,G,L,M kcal 531	
DO 13.03.	Gelbe Rübensuppe HASCHEEHÖRNCHEN	0,6 5,5 EW	Klare Rindsuppe Backerbsen GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Salzkartoffeln und Cremespinat	0,7 2,4 SF	Teigreissuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	0,6 4,4 SF
	Allergene: A,C,G,L kcal 733		Allergene: A,C,G kcal 538		Allergene: A,C,G,L kcal 743	
FR 14.03.	Gärtnerinnensuppe APFELSTRUDEL mit Vanillesauce	0,4 8,1 SF	Kartoffelcremesuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese	0,7 5,7 EW SF	Hühnersuppe mit Nudeln HASCHEEHÖRNCHEN	0,8 5,5 EW
	Allergene: A,C,G,L kcal 659		Allergene: A,C,F,G,L kcal 532		Allergene: A,C,L kcal 664	
SA 15.03.	Lauchcremesuppe GEMÜSEAUFLAUF mit warmer Kräuterrahmsauce	0,5 2,4 EW SF	Gärtnerinnensuppe RAHMGESCHNETZELTES VOM HUHN mit gedrehten Hörnchen	0,4 4,4 SF	Kartoffelcremesuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,7 4,3 EW SF
	Allergene: A,C,G kcal 565		Allergene: A,C,G,L kcal 722		Allergene: A,C,G kcal 613	
SO 16.03.	Rindsuppe mit Reibteig HOKIFILET in Dill-Senfsauce und Salzkartoffeln	0,4 2,7 EW SF	Hühnersuppe mit Nudeln KALBFLEISCHBALLCHEN mit Kartoffelpüree	0,8 2,8 EW SF	Klare Rindsuppe Backerbsen GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Salzkartoffeln und Cremespinat	0,7 2,4 SF
	Allergene: A,C,D,G,M kcal 449		Allergene: A,C,G,L kcal 666		Allergene: A,C,G kcal 538	

ESSEN AUF RÄDERN
Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET



Voll viel Österreich drin – Lesen Sie hier mehr:



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 WOCHE 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 Obstsäfte oder ungesüßte Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 17.03. - 23.03.2025 (KW 12)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
MO 17.03.	Klare Suppe Backerbsen SEELACHSWÜRFEL IN DILLSAUCE mit Reis (SF)	Gelbe Rübensuppe HÜHNERSCHNITZEL ÜBERBACKEN mit Kartoffelpüree (SF)	Maiscremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout (EW) (SF)
	Allergene: A,C,D,G kcal 525	Allergene: A,G,L kcal 524	Allergene: A,G kcal 638
DI 18.03.	Hühnersuppe mit Sternchen SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	Kräutertropfteigsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout (EW) (SF)	Selleriecremesuppe SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln
	Allergene: A,G,L kcal 633	Allergene: A,C,G kcal 555	Allergene: A,G,L kcal 614
MI 19.03.	Kräutertropfteigsuppe SURBRATEN mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut	Rindsuppe mit Reibteig KALBSBUTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Sternchen ZARTWEIZENRISOTTO mit Gemüse (EW) (SF)
	Allergene: A,C kcal 671	Allergene: A,C,G,L kcal 571	Allergene: A,C,G,L kcal 690
DO 20.03.	Zucchini cremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Sternchen SCHWEINSRAGOUT mit Gemüse und Salzkartoffeln	Klare Suppe Backerbsen GEMÜSENUDEL TASCHEN mit gelber Paprikarahmsauce (SF)
	Allergene: A,G kcal 598	Allergene: A,G,L kcal 633	Allergene: A,C,G kcal 262
FR 21.03.	Selleriecremesuppe ZARTWEIZENRISOTTO mit Gemüse (EW) (SF)	Klare Suppe Backerbsen MILCHREIS mit Beerenröster (SF)	Rindsuppe mit Reibteig PENNE mit Tomatensauce (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,L kcal 671	Allergene: A,C,G kcal 608	Allergene: A,C kcal 438
SA 22.03.	Rindsuppe mit Reibteig MILCHREIS mit Beerenröster (EW) (SF)	Selleriecremesuppe PENNE mit Tomatensauce (EW) (SF)	Zucchini cremesuppe KALBSBUTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 565	Allergene: A,C,G,L kcal 453	Allergene: A,C,G,L kcal 629
SO 23.03.	Maiscremesuppe KALBSBUTTERSCHNITZEL mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse (EW) (SF)	Zucchini cremesuppe SEELACHSWÜRFEL IN DILLSAUCE mit Reis (EW) (SF)	Kräutertropfteigsuppe SURBRATEN mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut
	Allergene: A,C,G,L kcal 670	Allergene: A,D,G kcal 541	Allergene: A,C kcal 671

ESSEN AUF RÄDERN
Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET

Diese Organisation liefert das Wochenpaket direkt zu Ihnen nach Hause.

SAMARITERBUND WIEN
Petritschgasse 24
1210 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).