

Wochenpaket 24.03. - 30.03.2025 (KW 13)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
	BE		BE		BE	
MO 24.03.	Grießsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,5 2,5	Hühnersuppe mit Nudeln SPAGHETTI BOLOGNESE	0,8 4,8	Eisprudelsuppe MOSTVIERTLER APFELSCHMARREN	5,7
	(EW) (SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G,L	kcal 358	Allergene: A,C,L	kcal 562	Allergene: A,C,G	kcal 588
DI 25.03.	Eisprudelsuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout	4,6	Grießsuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,5 5,3	Gärtnerinnensuppe SPAGHETTI BOLOGNESE	0,4 4,8
	(SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 551	Allergene: A,C,G,L	kcal 596	Allergene: A,C,L	kcal 536
MI 26.03.	Kohlrabicremesuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce	0,7 5,3	Gärtnerinnensuppe EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat	0,4 5,6 0,6	Kräutertropfteigsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,5 2,8
	(EW) (SF)		(SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 614	Allergene: A,C,G,L	kcal 556	Allergene: A,C,G	kcal 668
DO 27.03.	Gelbe Rübensuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln	0,6 3,7	Eisprudelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	2,8	Kohlrabicremesuppe CHAMPIGNONSAUCE mit Serviettenknödeln	0,7 4,2
	(SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G,L	kcal 744	Allergene: A,C,G	kcal 661	Allergene: A,C,G	kcal 523
FR 28.03.	Kräutertropfteigsuppe CHAMPIGNONSAUCE mit Serviettenknödeln	0,5 4,2	Gelbe Rübensuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,6 2,5	Hühnersuppe mit Nudeln BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout	0,8 4,6
	(EW) (SF)		(EW) (SF)		(SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 525	Allergene: A,C,G,L	kcal 445	Allergene: A,C,G,L	kcal 555
SA 29.03.	Hühnersuppe mit Nudeln ENNSTALER BAUERNKNÖDEL auf Speck-Sauerkraut	0,8 3,6	Teigreissuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout	0,6 4,6	Gelbe Rübensuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln	0,6 3,7
			(SF)		(SF)	
	Allergene: A,C,L	kcal 513	Allergene: A,C,G	kcal 550	Allergene: A,C,G,L	kcal 744
SO 30.03.	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree	0,4 2,8	Kräutertropfteigsuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln	0,5 3,7	Grießsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,5 2,5
	(EW) (SF)		(SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G,L	kcal 639	Allergene: A,C,G,L	kcal 677	Allergene: A,C,G,L	kcal 358

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 31.03. - 06.04.2025 (KW 14)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
MO 31.03.	Leberknödelsuppe KARTOFFEL-BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Grießnockerln MATROSENFLEISCH mit Spiralen (EW) (SF)	Maiscremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 506	Allergene: A,C,G,L kcal 764	Allergene: A,G kcal 638
DI 01.04.	Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUF mit Pfirsichragout (EW) (SF)	Bozener Gemüsesuppe SPINATRAVIOLI in Tomatensauce (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Grießnockerln KARTOFFEL-BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 559	Allergene: A,C,G,L kcal 370	Allergene: A,C,G,L kcal 522
MI 02.04.	Maiscremesuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln (EW)	Buchstabensuppe GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis (SF)	Klare Suppe Backerbsen SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln
	Allergene: A,C,G,M kcal 689	Allergene: A,G kcal 428	Allergene: A,C,G,L kcal 487
DO 03.04.	Hühnersuppe mit Grießnockerln ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln (EW) (SF)	Kartoffelcremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Nudeln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis (SF)
	Allergene: A,C,D,G,L kcal 598	Allergene: A,G kcal 602	Allergene: A,C,G,L kcal 441
FR 04.04.	Kartoffelcremesuppe GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln (EW) (SF)	Klare Suppe Backerbsen GRIEßAUFLAUF mit Pfirsichragout (SF)	Buchstabensuppe VEGETARISCHE SPÄTZLEPFANNE (SF)
	Allergene: A,C,G,M kcal 656	Allergene: A,C,G kcal 602	Allergene: A,C,G kcal 585
SA 05.04.	Klare Suppe Backerbsen VEGETARISCHE SPÄTZLEPFANNE (SF)	Hühnersuppe mit Nudeln ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln (EW) (SF)	Kartoffelcremesuppe GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 629	Allergene: A,C,D,G,L kcal 564	Allergene: A,C,G,M kcal 656
SO 06.04.	Hühnersuppe mit Nudeln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis (SF)	Maiscremesuppe SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln	Leberknödelsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln (EW)
	Allergene: A,C,G,L kcal 441	Allergene: A,G,L kcal 543	Allergene: A,C,G,M kcal 621

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).