

Wochenpaket 04.11. - 10.11.2024 (KW 45)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
MO 04.11.	Buchstabensuppe HÜHNERRAGOUT Gärtnerinnen Art mit Reis Allergene: A,G,L kcal 543 kcal 0,7 3,4 SF	Bozener Gemüsesuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese Allergene: A,C,F,L kcal 480 kcal 0,8 5,7 EW SF	Eisprudelsuppe HÜHNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle Allergene: A,C,G kcal 483 kcal 3,4 SF
DI 05.11.	Maiscremesuppe KRAUTFLECKERL Allergene: A,C,G kcal 626 kcal 1,2 7,2 EW SF	Grießnockerlsuppe MARILLENPALATSCHINKEN Allergene: A,C,G kcal 677 kcal 0,7 6,8 EW SF	Buchstabensuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese Allergene: A,C,F,L kcal 470 kcal 0,7 5,7 EW SF
MI 06.11.	Grießnockerlsuppe MARILLENPALATSCHINKEN Allergene: A,C,G kcal 677 kcal 0,7 6,8 EW SF	Hühnersuppe mit Sternchen HASCHEEHÖRNCHEN Allergene: A,C,L kcal 685 kcal 1,3 5,5 EW	Maiscremesuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse Allergene: A,C,G kcal 771 kcal 1,2 5,1 EW SF
DO 07.11.	Bozener Gemüsesuppe SALONBEUSCHEL mit Serviettenknödel Allergene: A,C,D,G,L,M kcal 592 kcal 0,8 3,8 SF	Grießsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse Allergene: A,C,G,L kcal 667 kcal 0,5 5,1 EW SF	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln SPINATPALATSCHINKEN mit Käsesauce Allergene: A,C,G,L kcal 660 kcal 1,3 3,3 SF
FR 08.11.	Grießsuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese Allergene: A,C,F,L kcal 465 kcal 0,5 5,7 EW SF	Buchstabensuppe EIERNÖCKERL Roter Rübensalat Allergene: A,C,G kcal 604 kcal 0,7 5,5 0,6 SF	Grießnockerlsuppe KRAUTFLECKERL Allergene: A,C kcal 574 kcal 0,7 7,2 EW SF
SA 09.11.	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln HASCHEEHÖRNCHEN Roter Rübensalat Allergene: A,C,G,L kcal 823 kcal 1,3 5,5 0,6 SF	Maiscremesuppe HÜHNERBRUSTFILET NATUR mit Spätzle Allergene: A,C,G kcal 573 kcal 1,2 3,4 SF	Bozener Gemüsesuppe HÜHNERRAGOUT Gärtnerinnen Art mit Reis Allergene: A,G,L kcal 553 kcal 0,8 3,4 SF
SO 10.11.	Eisprudelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse Allergene: A,C,G kcal 681 kcal 5,1 EW SF	Eisprudelsuppe ESTERHAZYRINDSBRATEN mit Hörnchen Allergene: A,C,G,L kcal 694 kcal 5,3 SF	Grießsuppe HASCHEEHÖRNCHEN Roter Rübensalat Allergene: A,C,L kcal 691 kcal 0,5 5,5 0,6

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 11.11. - 17.11.2024 (KW 46)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
MO 11.11.	Teigmuschelsuppe HÜHNERBRUSTFILET in Tomaten-Basilikumsc mit Makkaroni Allergene: A,C kcal 442 (SF)	Gelbe Rübensuppe POLPETTI in Tomatensauce mit Salzkartoffeln Allergene: A,C,G,L kcal 634 (EW)	Kräutertropfteigsuppe PAPRIKAHENDLRAGOUT mit Spätzle Allergene: A,C,G kcal 620 (SF)
DI 12.11.	Gelbe Rübensuppe TOPFENAUF LAUF mit Himbeeren Allergene: A,C,G,L kcal 877 (EW) (SF)	Teigmuschelsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln Allergene: A,C,G kcal 356 (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Grießnockerln PIKANTE SEMMELLAIBCHEN mit warmem Krautsalat Allergene: A,C,G,L kcal 823 (SF)
MI 13.11.	Kräutertropfteigsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kümmelkartoffeln und Kohl Allergene: A,C,G kcal 617 (EW)	Selleriecremesuppe TOPFENAUF LAUF mit Himbeeren Allergene: A,C,G,L kcal 810 (EW) (SF)	Gelbe Rübensuppe ALASKA-SEELÄCHS MÜLLERIN-ART mit Gemüse und Reis Allergene: A,D,G,L kcal 585 (SF)
DO 14.11.	Kürbiscremesuppe PAPRIKAHENDLRAGOUT mit Spätzle Allergene: A,C,G,L kcal 716 (SF)	Dillkräutersuppe KALBFLEISCH in Wurzelsauce mit Hörnchen Allergene: A,G,L kcal 668 (EW) (SF)	Teigmuschelsuppe HÜHNERBRUSTFILET in Tomaten-Basilikumsc mit Makkaroni Allergene: A,C kcal 442 (SF)
FR 15.11.	Selleriecremesuppe PIKANTE SEMMELLAIBCHEN mit warmem Krautsalat Allergene: A,C,G,L kcal 792 (EW) (SF)	Zucchini-cremesuppe ALASKA-SEELÄCHS MÜLLERIN-ART mit Gemüse und Reis Allergene: A,D,G kcal 561 (SF)	Kürbiscremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara Allergene: A,C,G,L kcal 636 (EW) (SF)
SA 16.11.	Zucchini-cremesuppe SPAGHETTI mit Puten-Carbonara Allergene: A,C,G kcal 584 (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Grießnockerln HÜHNERBRUSTFILET in Tomaten-Basilikumsc mit Makkaroni Allergene: A,C,L kcal 496 (SF)	Selleriecremesuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln Allergene: A,C,G,L kcal 378 (EW) (SF)
SO 17.11.	Hühnersuppe mit Grießnockerln SCHWEINSBRATEN mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat Allergene: A,C,G,L kcal 563	Kräutertropfteigsuppe SAFTFLEISCH mit Hörnchen und Karottengemüse Allergene: A,C,L kcal 534 (SF)	Zucchini-cremesuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Kümmelkartoffeln und Kohl Allergene: A,C,G kcal 660 (EW)

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
- B - Krebstiere
- C - Ei
- D - Fisch
- E - Erdnuss
- F - Soja
- G - Milch od. Laktose
- H - Schalenfrüchte
- L - Sellerie
- M - Senf
- N - Sesam
- O - Sulfite
- P - Lupinen
- R - Weichtiere

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).