

Wochenpaket 26.08. - 01.09.2024 (KW 35)

	<b>TAGESMENÜ</b>	<b>DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ</b>	<b>DAS BEWUSSTE MENÜ</b>
	BE	BE	BE
<b>MO</b> 26.08.	Zucchini cremesuppe <b>TOPFENSTRUDEL</b> mit Vanillesauce  Allergene: A,C,G kcal 673  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Kräutertropfteigsuppe <b>EIERNÖCKERL</b> Karottensalat  Allergene: A,C,G kcal 685  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Gärtnerinnensuppe <b>PENNE</b> mit Tomatensauce  Allergene: A,C,L kcal 425  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>
<b>DI</b> 27.08.	Teigmuschelsuppe <b>NUDEL-KÄSEAUFLAUF</b> mit Tomatenragout  Allergene: A,C,G kcal 558  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Zucchini cremesuppe <b>PENNE</b> mit Tomatensauce  Allergene: A,C,G kcal 496  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Karfiolsuppe <b>KOHLRABIGEMÜSE</b> mit Kartoffellaibchen  Allergene: A,G kcal 418  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>
<b>MI</b> 28.08.	Kräutertropfteigsuppe <b>PENNE</b> mit Tomatensauce  Allergene: A,C kcal 453  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Teigmuschelsuppe <b>TOPFENSTRUDEL</b> mit Vanillesauce  Allergene: A,C,G kcal 607  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Linsensuppe mit Speck <b>KAISERSCHMARREN</b> mit Apfelmus  Allergene: A,C,G,L kcal 720  <input type="checkbox"/> <b>EW</b>
<b>DO</b> 29.08.	Karfiolsuppe <b>TAFELSPITZ</b> Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren  Allergene: A,G,L,O kcal 540  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Gärtnerinnensuppe <b>GEBR.TRUTHAHNSTÜCKE</b> im Gemüsesaft mit Semmelknödeln  Allergene: A,C,G,L,M kcal 552  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Teigmuschelsuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse  Allergene: A,C,G kcal 623  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>
<b>FR</b> 30.08.	Gelbe Rübensuppe <b>KOHLRABIGEMÜSE</b> mit Kartoffellaibchen  Allergene: A,G,L kcal 429  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Karfiolsuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse  Allergene: A,C,G kcal 702  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Gelbe Rübensuppe <b>EIERNÖCKERL</b> Karottensalat  Allergene: A,C,G,L kcal 752  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>
<b>SA</b> 31.08.	Linsensuppe mit Speck <b>EIERNÖCKERL</b> Karottensalat  Allergene: A,C,G,L kcal 775  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Eisrudelsuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Sojabolognese  Allergene: A,C,F,L kcal 443  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Kräutertropfteigsuppe <b>GEMÜSENUDELN</b> mit Hühnerstreifen  Allergene: A,C,G kcal 447  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>
<b>SO</b> 01.09.	Gärtnerinnensuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse  Allergene: A,C,G,L kcal 617  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Gelbe Rübensuppe <b>GEMÜSENUDELN</b> mit Hühnerstreifen  Allergene: A,G,L kcal 514  <input type="checkbox"/> <b>EW</b> <input type="checkbox"/> <b>SF</b>	Zucchini cremesuppe <b>TAFELSPITZ</b> Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren  Allergene: A,G,L,O kcal 527  <input type="checkbox"/> <b>SF</b>

**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 02.09. - 08.09.2024 (KW 36)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
	BE		BE		BE	
<b>MO</b> 02.09.	Grießnockerlsuppe <b>TAGLIATELLI</b> mit Zucchini-ragout	0,6 6,7	Hühnersuppe mit Nudeln <b>OMELETTE</b> mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,8 2,5	Dillkräutersuppe <b>BROCCOLI-NUDELAUFLAUF</b> mit Tomatenragout	0,6 4,6
	(EW) (SF)		(EW) (SF)		(SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 630	Allergene: A,C,G,L	kcal 376	Allergene: A,C,G	kcal 582
<b>DI</b> 03.09.	Dillkräutersuppe <b>BROCCOLI-NUDELAUFLAUF</b> mit Tomatenragout	0,6 4,6	Kartoffelcremesuppe <b>TOPFENKNÖDEL</b> mit Marillenröster	0,7 6,4	Grießnockerlsuppe <b>OMELETTE</b> mit Cremespinat und Salzkartoffeln	0,6 2,5
	(SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 582	Allergene: A,C,G	kcal 615	Allergene: A,C,G	kcal 453
<b>MI</b> 04.09.	Hühnersuppe mit Nudeln <b>NUSS-SCHMARREN</b> Zwetschkenkompott	0,8 8,1 2,0	Kräutertropfteigsuppe <b>TAGLIATELLI</b> mit Zucchini-ragout	0,5 6,7	Teigreissuppe <b>GEMÜSEPAELLA</b> mit Tomatenragout	0,6 5,1
	(SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G,H,L	kcal 1121	Allergene: A,C,G	kcal 555	Allergene: A,C	kcal 440
<b>DO</b> 05.09.	Kartoffelcremesuppe <b>RAHMFLIECH</b> mit Hörnchen	0,7 5,5	Teigreissuppe <b>HOKIFILET</b> in Gemüsesauce mit Reis	0,6 4,9	Selleriecremesuppe <b>TAGLIATELLI</b> mit Zucchini-ragout	0,5 6,7
			(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,G	kcal 781	Allergene: A,C,D,G,L	kcal 559	Allergene: A,G,L	kcal 555
<b>FR</b> 06.09.	Selleriecremesuppe <b>GEBRATENE HÜHNERKEULE</b> mit Risipisi	0,5 3,4	Dillkräutersuppe <b>RAHMFLIECH</b> mit Hörnchen	0,6 5,5	Kartoffelcremesuppe <b>GEKOCHTES RINDFLIECH</b> mit Dillkartoffeln	0,7 1,7
	(SF)				(SF)	
	Allergene: A,G,L	kcal 715	Allergene: A,G	kcal 759	Allergene: A,G	kcal 440
<b>SA</b> 07.09.	Teigreissuppe <b>GEMÜSEPAELLA</b> mit Tomatenragout	0,6 5,1	Selleriecremesuppe <b>BROCCOLI-NUDELAUFLAUF</b> mit Tomatenragout	0,5 4,6	Kräutertropfteigsuppe <b>HOKIFILET</b> in Gemüsesauce mit Reis	0,5 4,9
	(EW) (SF)		(SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C	kcal 440	Allergene: A,C,G,L	kcal 557	Allergene: A,C,D,G,L	kcal 566
<b>SO</b> 08.09.	Zwiebelsuppe <b>GEKOCHTES RINDFLIECH</b> mit Dillkartoffeln	0,2 1,7	Grießnockerlsuppe <b>GEKOCHTES RINDFLIECH</b> mit Dillkartoffeln	0,6 1,7	Hühnersuppe mit Nudeln <b>RAHMFLIECH</b> mit Hörnchen	0,8 5,5
	(SF)		(SF)			
	Allergene: A,G	kcal 393	Allergene: A,C,G	kcal 468	Allergene: A,C,G,L	kcal 732

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](mailto:menueservices@samariterbund.net)  
[www.menueservices.at](http://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).