

Wochenpaket 09.09. - 15.09.2024 (KW 37)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
	BE		BE		BE	
<b>MO</b> 09.09.	Buchstabensuppe <b>RINDSGULASCH</b> mit Nockerln	0,7 4,0	Bozener Gemüsesuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Sojabolognese	0,8 5,7	Eisprudelsuppe <b>HÜHNERBRUSTFILET NATUR</b> mit Spätzle	3,4
	(SF)		(EW) (SF)		(SF)	
	Allergene: A,C	kcal 474	Allergene: A,C,F,L	kcal 480	Allergene: A,C,G	kcal 483
<b>DI</b> 10.09.	Maiscremesuppe <b>KRAUTFLECKERL</b>	1,2 7,2	Grießnockerlsuppe <b>MARILLENPALATSCHINKEN</b>	0,7 6,8	Buchstabensuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Sojabolognese	0,7 5,7
	(EW) (SF)		(EW) (SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 626	Allergene: A,C,G	kcal 677	Allergene: A,C,F,L	kcal 470
<b>MI</b> 11.09.	Grießnockerlsuppe <b>MARILLENPALATSCHINKEN</b>	0,7 6,8	Hühnersuppe mit Sternchen <b>HASCHEEHÖRNCHEN</b>	1,3 5,5	Maiscremesuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse	1,2 5,1
	(EW) (SF)		(EW)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,G	kcal 677	Allergene: A,C,L	kcal 685	Allergene: A,C,G	kcal 771
<b>DO</b> 12.09.	Bozener Gemüsesuppe <b>SALONBEUSCHEL</b> mit Serviettenknödel	0,8 3,8	Grießsuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse	0,5 5,1	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln <b>SPINATPALATSCHINKEN</b> mit Käsesauce	1,3 3,3
	(SF)		(EW) (SF)		(SF)	
	Allergene: A,C,D,G,L,M	kcal 592	Allergene: A,C,G,L	kcal 667	Allergene: A,C,G,L	kcal 660
<b>FR</b> 13.09.	Grießsuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Sojabolognese	0,5 5,7	Buchstabensuppe <b>EIERNOCKERL</b> Roter Rübensalat	0,7 5,5 0,6	Grießnockerlsuppe <b>KRAUTFLECKERL</b>	0,7 7,2
	(EW) (SF)		(SF)		(EW) (SF)	
	Allergene: A,C,F,L	kcal 465	Allergene: A,C,G	kcal 604	Allergene: A,C	kcal 574
<b>SA</b> 14.09.	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln <b>HASCHEEHÖRNCHEN</b> Roter Rübensalat	1,3 5,5 0,6	Maiscremesuppe <b>HÜHNERBRUSTFILET NATUR</b> mit Spätzle	1,2 3,4	Bozener Gemüsesuppe <b>RINDSGULASCH</b> mit Nockerln	0,8 4,0
			(SF)		(SF)	
	Allergene: A,C,G,L	kcal 823	Allergene: A,C,G	kcal 573	Allergene: A,C,L	kcal 485
<b>SO</b> 15.09.	Eisprudelsuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse	5,1	Eisprudelsuppe <b>ESTERHAZYRINDSBRATEN</b> mit Hörnchen	5,3	Grießsuppe <b>HASCHEEHÖRNCHEN</b> Roter Rübensalat	0,5 5,5 0,6
	(EW) (SF)		(SF)			
	Allergene: A,C,G	kcal 681	Allergene: A,C,G,L	kcal 694	Allergene: A,C,L	kcal 691

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 16.09. - 22.09.2024 (KW 38)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
<b>MO</b> 16.09.	Teigmuschelsuppe <b>EIERHÖRNCHEN</b> Roter Rübensalat 0,6 5,6 0,6 (SF)	Gelbe Rübensuppe <b>POLPETTI</b> in Tomatensauce mit Salzkartoffeln 0,6 4,7 (EW)	Kräutertropfteigsuppe <b>PAPRIKAHENDLRAGOUT</b> mit Spätzle 0,5 4,1 (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 562	Allergene: A,C,G,L kcal 634	Allergene: A,C,G kcal 620
<b>DI</b> 17.09.	Gelbe Rübensuppe <b>TOPFENAUF LAUF</b> mit Himbeeren 0,6 9,1 (EW) (SF)	Teigmuschelsuppe <b>OMELETTE</b> mit Cremespinat und Salzkartoffeln 0,6 2,5 (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Grießnockerln <b>ROLLGERSTE-GEMÜSELAIB- CHEN MIT ERBSENRAHM- sauce, Salzkartoffeln</b> 0,8 4,7 (SF)
	Allergene: A,C,G,L kcal 877	Allergene: A,C,G kcal 356	Allergene: A,C,G,L kcal 550
<b>MI</b> 18.09.	Kräutertropfteigsuppe <b>POLPETTI</b> in Tomatensauce mit Salzkartoffeln 0,5 4,7 (EW)	Selleriecremesuppe <b>TOPFENAUF LAUF</b> mit Himbeeren 0,5 9,1 (EW) (SF)	Gelbe Rübensuppe <b>ALASKA-SEELÄCHS MÜLLERIN-ART</b> mit Gemüse und Reis 0,6 4,4 (SF)
	Allergene: A,C,L kcal 567	Allergene: A,C,G,L kcal 810	Allergene: A,D,G,L kcal 585
<b>DO</b> 19.09.	Kürbiscremesuppe <b>PAPRIKAHENDLRAGOUT</b> mit Spätzle 0,6 4,1 (SF)	Dillkräutersuppe <b>KALBFLEISCH</b> in Wurzelsauce mit Hörnchen 0,6 5,5 (EW) (SF)	Teigmuschelsuppe <b>EIERHÖRNCHEN</b> Roter Rübensalat 0,6 5,6 0,6 (SF)
	Allergene: A,C,G,L kcal 716	Allergene: A,G,L kcal 668	Allergene: A,C,G kcal 562
<b>FR</b> 20.09.	Selleriecremesuppe <b>ROLLGERSTE-GEMÜSELAIB- CHEN MIT ERBSENRAHM- sauce, Salzkartoffeln</b> 0,5 4,7 (SF)	Zucchini-cremesuppe <b>ALASKA-SEELÄCHS MÜLLERIN-ART</b> mit Gemüse und Reis 0,6 4,4 (SF)	Kürbiscremesuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Puten-Carbonara 0,6 4,7 (EW) (SF)
	Allergene: A,G,L kcal 519	Allergene: A,D,G kcal 561	Allergene: A,C,G,L kcal 636
<b>SA</b> 21.09.	Zucchini-cremesuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Puten-Carbonara 0,6 4,7 (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Grießnockerln <b>EIERHÖRNCHEN</b> Roter Rübensalat 0,8 5,6 0,6 (SF)	Selleriecremesuppe <b>OMELETTE</b> mit Cremespinat und Salzkartoffeln 0,5 2,5 (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 584	Allergene: A,C,G,L kcal 616	Allergene: A,C,G,L kcal 378
<b>SO</b> 22.09.	Hühnersuppe mit Grießnockerln <b>SCHWEINSBRATEN</b> mit Serviettenknödel und warmem Krautsalat 0,8 2,2	Kräutertropfteigsuppe <b>SAFTFLEISCH</b> mit Hörnchen und Karottengemüse 0,5 4,5 (SF)	Zucchini-cremesuppe <b>POLPETTI</b> in Tomatensauce mit Salzkartoffeln 0,6 4,7 (EW)
	Allergene: A,C,G,L kcal 563	Allergene: A,C,L kcal 534	Allergene: A,C,G,L kcal 611

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 | 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).