

Wochenpaket 21.10. - 27.10.2024 (KW 43)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
MO 21.10.	Zucchini cremesuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce 0,6 6,6 SF	Kräutertropfteigsuppe EIERNOCKERL Karottensalat 0,5 5,5 SF	Gärtnerinnensuppe PENNE mit Tomatensauce 0,4 6,1 EW SF
	Allergene: A,C,G kcal 673	Allergene: A,C,G kcal 685	Allergene: A,C,L kcal 425
DI 22.10.	Teigmuschelsuppe NUDEL-KÄSEAUFLAUF mit Tomatenragout 0,6 5,4 EW SF	Zucchini cremesuppe PENNE mit Tomatensauce 0,6 6,1 EW SF	Karfiolsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen 0,5 2,7 EW SF
	Allergene: A,C,G kcal 558	Allergene: A,C,G kcal 496	Allergene: A,G kcal 418
MI 23.10.	Kräutertropfteigsuppe PENNE mit Tomatensauce 0,5 6,1 EW SF	Teigmuschelsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce 0,6 6,6 SF	Kürbiscremesuppe KAISERSCHMARREN mit Apfelmus 0,6 6,5 EW SF
	Allergene: A,C kcal 453	Allergene: A,C,G kcal 607	Allergene: A,C,G,L kcal 726
DO 24.10.	Karfiolsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren 0,5 3,2 SF	Gärtnerinnensuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese 0,4 5,7 EW SF	Teigmuschelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse 0,6 5,1 EW SF
	Allergene: A,G,L,O kcal 543	Allergene: A,C,F,L kcal 457	Allergene: A,C,G kcal 665
FR 25.10.	Gelbe Rübensuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen 0,6 2,7 EW SF	Karfiolsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse 0,5 5,1 EW SF	Gelbe Rübensuppe EIERNOCKERL Karottensalat 0,6 5,5 SF
	Allergene: A,G,L kcal 429	Allergene: A,C,G kcal 743	Allergene: A,C,G,L kcal 752
SA 26.10.	Kürbiscremesuppe HIRSCHRAGOUT mit Apfelrotkraut und Semmelknödel 0,6 5,0 SF	Eisrudelsuppe GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln 3,0 SF	Kräutertropfteigsuppe HIRSCHRAGOUT mit Apfelrotkraut und Semmelknödel 0,5 5,0 SF
	Allergene: A,C,G,L kcal 763	Allergene: A,C,G,L,M kcal 574	Allergene: A,C,L kcal 667
SO 27.10.	Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse 0,4 5,1 EW SF	Gelbe Rübensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen 0,6 4,0 EW SF	Zucchini cremesuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren 0,6 3,2 SF
	Allergene: A,C,G,L kcal 659	Allergene: A,G,L kcal 514	Allergene: A,G,L,O kcal 530

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 28.10. - 03.11.2024 (KW 44)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
MO 28.10.	Grießnockerlsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout 0,7 6,7 (EW) (SF)	Hühnersuppe mit Nudeln OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln 0,8 2,5 (EW) (SF)	Dillkräutersuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout 0,6 4,6 (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 586	Allergene: A,C,G,L kcal 376	Allergene: A,C,G kcal 582
DI 29.10.	Dillkräutersuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout 0,6 4,6 (SF)	Kartoffelcremesuppe TOPFENKNÖDEL mit Marillenröster 0,7 6,4 (EW) (SF)	Grießnockerlsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln 0,7 2,5 (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 582	Allergene: A,C,G kcal 615	Allergene: A,C,G kcal 409
MI 30.10.	Hühnersuppe mit Nudeln NUSS-SCHMARREN Zwetschkenkompott 0,8 8,1 2,0 (SF)	Kräutertropfteigsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout 0,5 6,7 (EW) (SF)	Teigreis-suppe GEMÜSEPAELLA mit Tomatenragout 0,6 5,1 (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,H,L kcal 1121	Allergene: A,C,G kcal 555	Allergene: A,C kcal 440
DO 31.10.	Kartoffelcremesuppe RAHM-FLEISCH mit Hörnchen 0,7 5,5 (SF)	Teigreis-suppe HOKIFILET in Gemüsesauce mit Reis 0,6 4,9 (EW) (SF)	Selleriecremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini-ragout 0,5 6,7 (EW) (SF)
	Allergene: A,G kcal 781	Allergene: A,C,D,G,L kcal 559	Allergene: A,G,L kcal 555
FR 01.11.	Selleriecremesuppe BURGUNDER RINDSBRATEN mit Serviettenknödeln 0,5 3,9 (SF)	Dillkräutersuppe RAHM-FLEISCH mit Hörnchen 0,6 5,5 (SF)	Kartoffelcremesuppe GEKOCHTES RIND-FLEISCH mit Dillkartoffeln 0,7 1,6 (SF)
	Allergene: A,C,G,L,M kcal 588	Allergene: A,G kcal 759	Allergene: A,G kcal 436
SA 02.11.	Teigreis-suppe GEMÜSEPAELLA mit Tomatenragout 0,6 5,1 (EW) (SF)	Selleriecremesuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout 0,5 4,6 (SF)	Kräutertropfteigsuppe HOKIFILET in Gemüsesauce mit Reis 0,5 4,9 (EW) (SF)
	Allergene: A,C kcal 440	Allergene: A,C,G,L kcal 557	Allergene: A,C,D,G,L kcal 566
SO 03.11.	Zwiebelsuppe GESELCHTES mit Linsen und Semmelknödeln 0,2 3,1 (SF)	Grießnockerlsuppe GEKOCHTES RIND-FLEISCH mit Dillkartoffeln 0,7 1,6 (SF)	Hühnersuppe mit Nudeln RAHM-FLEISCH mit Hörnchen 0,8 5,5 (SF)
	Allergene: A,C,G,M kcal 822	Allergene: A,C,G kcal 420	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
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).