

Wochenpaket 25.03. - 31.03.2024 (KW 13)

	TAGESMENÜ		DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ		DAS BEWUSSTE MENÜ	
	BE		BE		BE	
<b>MO</b> 25.03.	Buchstabensuppe <b>KRAUTFLECKERL</b>	0,7 5,3	Bozener Gemüsesuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse	0,8 4,8	Eisprudelsuppe <b>HASCHEEHÖRNCHEN</b> Roter Rübensalat	5,5 0,6
	Allergene: A,C	kcal 438	Allergene: A,C,G,L	kcal 640	Allergene: A,C,L	kcal 705
<b>DI</b> 26.03.	Maiscremesuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse	1,2 4,8	Grießnockerlsuppe <b>MARILLENPALATSCHINKEN</b>	0,6 6,8	Buchstabensuppe <b>HÜHNERBRUSTFILET NATUR</b> mit Spätzle	0,7 3,4
	Allergene: A,C,G	kcal 729	Allergene: A,C,G	kcal 720	Allergene: A,C,G	kcal 473
<b>MI</b> 27.03.	Grießnockerlsuppe <b>MARILLENPALATSCHINKEN</b>	0,6 6,8	Hühnersuppe mit Sternchen <b>HASCHEEHÖRNCHEN</b>	1,3 5,5	Maiscremesuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse	1,2 4,8
	Allergene: A,C,G	kcal 720	Allergene: A,C,L	kcal 685	Allergene: A,C,G	kcal 729
<b>DO</b> 28.03.	Bozener Gemüsesuppe <b>GEKOCHTES RINDFLEISCH</b> mit Salzkartoffeln und Cremespinat	0,8 2,4	Grießsuppe <b>PENNE</b> mit grünem Spargel	0,5 4,3	Gemüsebouillon m.Semmel-Lauch-Knödeln <b>SPINATPALATSCHINKEN</b> mit Käsesauce	1,3 3,3
	Allergene: A,G,L	kcal 503	Allergene: A,C,G,L	kcal 450	Allergene: A,C,G,L	kcal 660
<b>FR</b> 29.03.	Grießsuppe <b>PENNE</b> mit grünem Spargel	0,5 4,3	Buchstabensuppe <b>EIERNOCKERL</b> Roter Rübensalat	0,7 5,5 0,6	Grießnockerlsuppe <b>KRAUTFLECKERL</b>	0,6 5,3
	Allergene: A,C,G,L	kcal 450	Allergene: A,C,G	kcal 604	Allergene: A,C	kcal 529
<b>SA</b> 30.03.	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>PENNE</b> mit grünem Spargel	0,8 4,3
	Allergene: A,C,G,L	kcal 823	Allergene: A,C,G	kcal 573	Allergene: A,C,G,L	kcal 464
<b>SO</b> 31.03.	Eisprudelsuppe <b>OSTERSCHINKEN</b> mit Wurzelgemüse u. Kartoffel-Krenpüree	2,5	Eisprudelsuppe <b>ESTERHAZYRINDSBRATEN</b> mit Hörnchen	5,3	Grießsuppe <b>OSTERSCHINKEN</b> mit Wurzelgemüse u. Kartoffel-Krenpüree	0,5 2,5
	Allergene: C,G,L	kcal 686	Allergene: A,C,G,L	kcal 694	Allergene: A,C,G,L	kcal 672

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 Obstsaftsäfte oder ungesüßte  
Frucht- oder Kräutertees!

Wochenpaket 01.04. - 07.04.2024 (KW 14)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
<b>MO</b> 01.04.	Teigmuschelsuppe <b>CHAMPIGNONSCHNITZEL</b> mit Kräuterreis 0,6 3,9	Gelbe Rübensuppe <b>KALBFLEISCH</b> in Wurzelsauce mit Hörnchen 0,6 5,5 EW SF	Kräutertropfteigsuppe <b>SAFTFLEISCH</b> mit Hörnchen und Karottengemüse 0,5 4,5 SF
	Allergene: A,G kcal 647	Allergene: A,G,L kcal 710	Allergene: A,C,L kcal 534
<b>DI</b> 02.04.	Gelbe Rübensuppe <b>TOPFENAUFLAUF</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 553
<b>MI</b> 03.04.	Kräutertropfteigsuppe <b>ALASKA-SEELACHS MÜLLERIN-ART</b> mit Gemüse und Reis 0,5 4,2 SF	Selleriecremesuppe <b>TOPFENAUFLAUF</b> mit Himbeeren 0,5 9,1 EW SF	Gelbe Rübensuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Puten-Carbonara 0,6 4,7 EW SF
	Allergene: A,C,D,G kcal 527	Allergene: A,C,G,L kcal 810	Allergene: A,C,G,L kcal 607
<b>DO</b> 04.04.	Knoblauchrahmsuppe <b>EIERHÖRNCHEN</b> 0,5 5,6 EW SF	Dillkräutersuppe <b>POLPETTI</b> in Tomatensauce mit Salzkartoffeln 0,6 4,6 EW	Teigmuschelsuppe <b>ASIATISCHE HÜHNERPFANNE</b> mit Reis 0,6 5,1 SF
	Allergene: A,C,G kcal 606	Allergene: A,C,G,L kcal 585	Allergene: A,F,G kcal 505
<b>FR</b> 05.04.	Selleriecremesuppe <b>ROLLGERSTE-GEMÜSELAIB- CHEN MIT ERBSENRAHM- sauce, Salzkartoffeln</b> 0,5 4,7 SF	Zucchini-cremesuppe <b>ALASKA-SEELACHS MÜLLERIN-ART</b> mit Gemüse und Reis 0,6 4,2 SF	Knoblauchrahmsuppe <b>EIERHÖRNCHEN</b> 0,5 5,6 EW SF
	Allergene: A,G,L kcal 519	Allergene: A,D,G kcal 570	Allergene: A,C,G kcal 606
<b>SA</b> 06.04.	Zucchini-cremesuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Puten-Carbonara 0,6 4,7 EW SF	Hühnersuppe mit Grießnockerln <b>EIERHÖRNCHEN</b> 0,8 5,6 EW 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 573	Allergene: A,C,G,L kcal 378
<b>SO</b> 07.04.	Hühnersuppe mit Grießnockerln <b>ASIATISCHE HÜHNERPFANNE</b> mit Reis 0,8 5,1 SF	Kräutertropfteigsuppe <b>SAFTFLEISCH</b> mit Hörnchen und Karottengemüse 0,5 4,5 SF	Zucchini-cremesuppe <b>POLPETTI</b> in Tomatensauce mit Salzkartoffeln 0,6 4,6 EW
	Allergene: A,C,F,G,L kcal 562	Allergene: A,C,L kcal 534	Allergene: A,C,G,L kcal 604

ESSEN AUF RÄDERN  
Ihr Menü Service für Zuhause



DAS VITALE WOCHENPAKET

Diese Organisation liefert das Wochenpaket direkt zu Ihnen nach Hause.

SAMARITERBUND WIEN  
Winkeläckerweg 2  
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).