

Wochenpaket 06.05. - 12.05.2024 (KW 19)

| | TAGESMENÜ | | DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ | | DAS BEWUSSTE MENÜ | |
|---------------------|---|------------|---|------------|--|------------|
| | BE | | BE | | BE | |
| MO 06.05. | Zucchini cremesuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce | 0,6 6,6 | Kräutertropfteigsuppe EIERNOCKERL Karottensalat | 0,5 5,5 | Gärtnerinnensuppe PENNE mit Tomatensauce | 0,4 6,1 |
| | (SF) | | (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G | kcal 673 | Allergene: A,C,G | kcal 685 | Allergene: A,C,L | kcal 425 |
| DI 07.05. | Teigmuschelsuppe BOHNENGULASCH mit Salzkartoffeln | 0,6 2,8 | Zucchini cremesuppe PENNE mit Tomatensauce | 0,6 6,1 | Karfiolsuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen | 0,5 2,7 |
| | | | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A | kcal 404 | Allergene: A,C,G | kcal 496 | Allergene: A,G | kcal 418 |
| MI 08.05. | Kräutertropfteigsuppe PENNE mit Tomatensauce | 0,5 6,1 | Teigmuschelsuppe TOPFENSTRUDEL mit Vanillesauce | 0,6 6,6 | Knoblauchrahmsuppe KAISERSCHMARREN mit Apfelmus | 0,5 6,5 |
| | (EW) (SF) | | (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C | kcal 453 | Allergene: A,C,G | kcal 607 | Allergene: A,C,G | kcal 697 |
| DO 09.05. | Karfiolsuppe TAFELSPITZ Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren | 0,5 3,0 | Gärtnerinnensuppe GEBR.TRUTHAHNSTÜCKE im Gemüsesaft mit Semmelknödeln | 0,4 3,0 | Teigmuschelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse | 0,6 4,8 |
| | (SF) | | (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,G,L,O | kcal 540 | Allergene: A,C,G,L,M | kcal 552 | Allergene: A,C,G | kcal 623 |
| FR 10.05. | Gelbe Rübensuppe KOHLRABIGEMÜSE mit Kartoffellaibchen | 0,6 2,7 | Karfiolsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse | 0,5 4,8 | Gelbe Rübensuppe EIERNOCKERL Karottensalat | 0,6 5,5 |
| | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | | (SF) | |
| | Allergene: A,G,L | kcal 429 | Allergene: A,C,G | kcal 702 | Allergene: A,C,G,L | kcal 752 |
| SA 11.05. | Knoblauchrahmsuppe EIERNOCKERL Karottensalat | 0,5 5,5 | Eisprudelsuppe SPAGHETTI mit Sojabolognese | 5,0 | Kräutertropfteigsuppe BOHNENGULASCH mit Salzkartoffeln | 0,5 2,8 |
| | | | (EW) (SF) | | | |
| | Allergene: A,C,G | kcal 752 | Allergene: A,C,F,L | kcal 443 | Allergene: A,C | kcal 427 |
| SO 12.05. | Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Reis und Kaisergemüse | 0,4 4,8 | Gelbe Rübensuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen | 0,6 4,0 | Zucchini cremesuppe GEMÜSENUDELN mit Hühnerstreifen | 0,6 4,0 |
| | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G,L | kcal 617 | Allergene: A,G,L | kcal 514 | Allergene: A,G | kcal 490 |

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 13.05. - 19.05.2024 (KW 20)

| | TAGESMENÜ | | DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ | | DAS BEWUSSTE MENÜ | |
|---------------------|--|-------------------|---|------------|---|------------|
| | BE | | BE | | BE | |
| MO 13.05. | Grießnockerlsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout | 0,6 6,7 | Hühnersuppe mit Nudeln OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln | 0,8 2,5 | Dillkräutersuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis | 0,6 5,0 |
| | Allergene: A,C,G | kcal 630 | Allergene: A,C,G,L | kcal 377 | Allergene: A,G,L | kcal 843 |
| DI 14.05. | Dillkräutersuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomaten ragout | 0,6 4,6 | Kartoffelcremesuppe TOPFENKNÖDEL mit Marillenröster | 0,7 6,4 | Grießnockerlsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln | 0,6 2,5 |
| | Allergene: A,C,G | kcal 582 | Allergene: A,C,G | kcal 615 | Allergene: A,C,G | kcal 453 |
| MI 15.05. | Hühnersuppe mit Nudeln KAISERSCHMARREN Erdbeermus | 0,8 8,2 2,3 | Kräutertropfteigsuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout | 0,5 6,7 | Teigreissuppe FISOLENGULASCH mit Salzkartoffeln | 0,6 3,2 |
| | Allergene: A,C,G,L | kcal 927 | Allergene: A,C,G | kcal 555 | Allergene: A,C,G | kcal 350 |
| DO 16.05. | Kartoffelcremesuppe RAHMFLEISCH mit Hörnchen | 0,7 5,5 | Teigreissuppe HOKIFILET in Gemüsesauce mit Reis | 0,6 4,9 | Selleriecremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini ragout | 0,5 6,7 |
| | Allergene: A,G | kcal 781 | Allergene: A,C,D,G,L | kcal 559 | Allergene: A,G,L | kcal 555 |
| FR 17.05. | Selleriecremesuppe ZNAIMERFLEISCH mit Reis | 0,5 5,0 | Dillkräutersuppe RAHMFLEISCH mit Hörnchen | 0,6 5,5 | Kartoffelcremesuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomaten ragout | 0,7 4,6 |
| | Allergene: A,G,L | kcal 819 | Allergene: A,G | kcal 759 | Allergene: A,C,G | kcal 604 |
| SA 18.05. | Teigreissuppe FISOLENGULASCH mit Salzkartoffeln | 0,6 3,2 | Selleriecremesuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomaten ragout | 0,5 4,6 | Kräutertropfteigsuppe HOKIFILET in Gemüsesauce mit Reis | 0,5 4,9 |
| | Allergene: A,C,G | kcal 350 | Allergene: A,C,G,L | kcal 557 | Allergene: A,C,D,G,L | kcal 566 |
| SO 19.05. | Leberknödelsuppe GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Dillkartoffeln | 0,6 1,7 | Grießnockerlsuppe GEKOCHTES RINDFLEISCH mit Dillkartoffeln | 0,6 1,7 | Hühnersuppe mit Nudeln RAHMFLEISCH mit Hörnchen | 0,8 5,5 |
| | Allergene: A,C,G | kcal 409 | Allergene: A,C,G | kcal 468 | Allergene: A,C,G,L | kcal 733 |

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
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).