

Wochenpaket 27.01. - 02.02.2025 (KW 05)

| | TAGESMENÜ | | DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ | | DAS BEWUSSTE MENÜ | |
|---------------------|--|------------|--|-------------------|--|------------|
| | BE | | BE | | BE | |
| MO 27.01. | Grießsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln | 0,5 2,5 | Hühnersuppe mit Nudeln SPAGHETTI BOLOGNESE | 0,8 4,8 | Eisprudelsuppe MOSTVIERTLER APFELSCHMARREN | 5,7 |
| | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G,L | kcal 358 | Allergene: A,C,L | kcal 562 | Allergene: A,C,G | kcal 588 |
| DI 28.01. | Eisprudelsuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout | 4,6 | Grießsuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce | 0,5 5,3 | Gärtnerinnensuppe SPAGHETTI BOLOGNESE | 0,4 4,8 |
| | (SF) | | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G | kcal 551 | Allergene: A,C,G,L | kcal 596 | Allergene: A,C,L | kcal 536 |
| MI 29.01. | Kohlrabicremesuppe TOPFENPALATSCHINKEN mit Vanillesauce | 0,7 5,3 | Gärtnerinnensuppe EIERHÖRNCHEN Roter Rübensalat | 0,4 5,6 0,6 | Kräutertropfteigsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree | 0,5 2,8 |
| | (EW) (SF) | | (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G | kcal 614 | Allergene: A,C,G,L | kcal 556 | Allergene: A,C,G | kcal 668 |
| DO 30.01. | Gelbe Rübensuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln | 0,6 3,7 | Eisprudelsuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree | 2,8 | Kohlrabicremesuppe CHAMPIGNONSAUCE mit Serviettenknödeln | 0,7 4,2 |
| | (SF) | | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G,L | kcal 744 | Allergene: A,C,G | kcal 661 | Allergene: A,C,G | kcal 523 |
| FR 31.01. | Kräutertropfteigsuppe CHAMPIGNONSAUCE mit Serviettenknödeln | 0,5 4,2 | Gelbe Rübensuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln | 0,6 2,5 | Hühnersuppe mit Nudeln BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout | 0,8 4,6 |
| | (EW) (SF) | | (EW) (SF) | | (SF) | |
| | Allergene: A,C,G | kcal 525 | Allergene: A,C,G,L | kcal 445 | Allergene: A,C,G,L | kcal 555 |
| SA 01.02. | Hühnersuppe mit Nudeln ENNSTALER BAUERNKNÖDEL auf Speck-Sauerkraut | 0,8 3,6 | Teigreissuppe BROCCOLI-NUDELAUFLAUF mit Tomatenragout | 0,6 4,6 | Gelbe Rübensuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln | 0,6 3,7 |
| | | | (SF) | | (SF) | |
| | Allergene: A,C,L | kcal 513 | Allergene: A,C,G | kcal 550 | Allergene: A,C,G,L | kcal 744 |
| SO 02.02. | Gärtnerinnensuppe KALBFLEISCHBÄLLCHEN mit Kartoffelpüree | 0,4 2,8 | Kräutertropfteigsuppe EINMACHHUHN mit Bröselknödeln | 0,5 3,7 | Grießsuppe OMELETTE mit Cremespinat und Salzkartoffeln | 0,5 2,5 |
| | (EW) (SF) | | (SF) | | (EW) (SF) | |
| | Allergene: A,C,G,L | kcal 639 | Allergene: A,C,G,L | kcal 677 | Allergene: A,C,G,L | kcal 358 |

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 03.02. - 09.02.2025 (KW 06)

| | TAGESMENÜ | DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ | DAS BEWUSSTE MENÜ |
|---------------------|--|---|---|
| | BE | BE | BE |
| MO 03.02. | Leberknödelsuppe KARTOFFEL-BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce (EW) (SF) | Hühnersuppe mit Grießnockerln MATROSENFLEISCH mit Spiralen (EW) (SF) | Maiscremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini- ragout (EW) (SF) |
| | Allergene: A,C,G kcal 506 | Allergene: A,C,G,L kcal 764 | Allergene: A,G kcal 638 |
| DI 04.02. | Buchstabensuppe GRIEßAUFLAUF mit Pfirsichragout (EW) (SF) | Bozener Gemüsesuppe SPINATRAVIOLI in Tomatensauce (EW) (SF) | Hühnersuppe mit Grießnockerln KARTOFFEL-BROCCOLIAUFLAUF mit Kräuterrahmsauce (EW) (SF) |
| | Allergene: A,C,G kcal 559 | Allergene: A,C,G,L kcal 370 | Allergene: A,C,G,L kcal 522 |
| MI 05.02. | Maiscremesuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln (EW) | Buchstabensuppe GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis (SF) | Klare Suppe Backerbsen SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln |
| | Allergene: A,C,G,M kcal 689 | Allergene: A,G kcal 428 | Allergene: A,C,G,L kcal 487 |
| DO 06.02. | Hühnersuppe mit Grießnockerln ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln (EW) (SF) | Kartoffelcremesuppe TAGLIATELLI mit Zucchini- ragout (EW) (SF) | Hühnersuppe mit Nudeln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis (SF) |
| | Allergene: A,C,D,G,L kcal 598 | Allergene: A,G kcal 602 | Allergene: A,C,G,L kcal 441 |
| FR 07.02. | Kartoffelcremesuppe GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln (EW) (SF) | Klare Suppe Backerbsen GRIEßAUFLAUF mit Pfirsichragout (SF) | Buchstabensuppe BLATTSPINAT-KÜRBISLASAGNE MIT Tomate-Kartoffelragout (EW) (SF) |
| | Allergene: A,C,G,M kcal 656 | Allergene: A,C,G kcal 602 | Allergene: A,G kcal 518 |
| SA 08.02. | Klare Suppe Backerbsen BLATTSPINAT-KÜRBISLASAGNE MIT Tomate-Kartoffelragout (SF) | Hühnersuppe mit Nudeln ALASKA-SEELACHSFILET mit Blattspinat und Salzkartoffeln (EW) (SF) | Kartoffelcremesuppe GEMÜSERAHMLINSEN mit Semmelknödeln (EW) (SF) |
| | Allergene: A,C,G kcal 561 | Allergene: A,C,D,G,L kcal 564 | Allergene: A,C,G,M kcal 656 |
| SO 09.02. | Hühnersuppe mit Nudeln GEBRATENE PUTENBRUST im Natursaft mit Babykarotten und Reis (SF) | Maiscremesuppe SCHWEINSKARREE Natursaft, Wurzelgemüse und Petersilkkartoffeln | Leberknödelsuppe FASCHIERTE LAIBCHEN mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln (EW) |
| | Allergene: A,C,G,L kcal 441 | Allergene: A,G,L kcal 543 | Allergene: A,C,G,M kcal 621 |

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).