

Wochenpaket 16.12. - 22.12.2024 (KW 51)

	<b>TAGESMENÜ</b>	<b>DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ</b>	<b>DAS BEWUSSTE MENÜ</b>
	BE	BE	BE
<b>MO</b> 16.12.	Zucchini cremesuppe <b>TOPFENSTRUDEL</b> mit Vanillesauce  Allergene: A,C,G kcal 673	Kräutertropfteigsuppe <b>EIERNÖCKERL</b> Karottensalat  Allergene: A,C,G kcal 685	Gärtnerinnensuppe <b>PENNE</b> mit Tomatensauce  Allergene: A,C,L kcal 425
<b>DI</b> 17.12.	Teigmuschelsuppe <b>SCHINKENFLECKERL</b> überbacken  Allergene: A,C,G kcal 727	Zucchini cremesuppe <b>PENNE</b> mit Tomatensauce  Allergene: A,C,G kcal 496	Karfiolsuppe <b>KOHLRABIGEMÜSE</b> mit Kartoffellaibchen  Allergene: A,G kcal 418
<b>MI</b> 18.12.	Kräutertropfteigsuppe <b>CHILI CON CARNE</b> mit Reis  Allergene: A,C kcal 704	Teigmuschelsuppe <b>TOPFENSTRUDEL</b> mit Vanillesauce  Allergene: A,C,G kcal 607	Kürbisc cremesuppe <b>KAISERSCHMARREN</b> mit Apfelmus  Allergene: A,C,G,L kcal 726
<b>DO</b> 19.12.	Karfiolsuppe <b>TAFELSPITZ</b> Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren  Allergene: A,G,L,O kcal 543	Gärtnerinnensuppe <b>SPAGHETTI</b> mit Sojabolognese  Allergene: A,C,F,L kcal 457	Teigmuschelsuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse  Allergene: A,C,G kcal 665
<b>FR</b> 20.12.	Gelbe Rübensuppe <b>KOHLRABIGEMÜSE</b> mit Kartoffellaibchen  Allergene: A,G,L kcal 429	Karfiolsuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse  Allergene: A,C,G kcal 743	Gelbe Rübensuppe <b>SCHOPFBRATEN</b> mit Serviettenknödeln  Allergene: A,C,G,L kcal 707
<b>SA</b> 21.12.	Kürbisc cremesuppe <b>SCHOPFBRATEN</b> mit Serviettenknödeln  Allergene: A,C,G,L kcal 736	Eisprudelsuppe <b>GEBR. TRUTHAHNSTÜCKE</b> im Gemüsesaft mit Semmelknödeln  Allergene: A,C,G,L,M kcal 574	Kräutertropfteigsuppe <b>EIERNÖCKERL</b> Karottensalat  Allergene: A,C,G kcal 685
<b>SO</b> 22.12.	Gärtnerinnensuppe <b>KALBFLEISCHBÄLLCHEN</b> mit Reis und Kaisergemüse  Allergene: A,C,G,L kcal 659	Gelbe Rübensuppe <b>GEMÜSENUDELN</b> mit Hühnerstreifen  Allergene: A,G,L kcal 514	Zucchini cremesuppe <b>TAFELSPITZ</b> Wurzelgemüse, Schmarren und Semmelkren  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 23.12. - 29.12.2024 (KW 52)

	TAGESMENÜ	DAS LEICHTE VOLLKOSTMENÜ	DAS BEWUSSTE MENÜ
	BE	BE	BE
<b>MO</b> 23.12.	Grießnockerlsuppe <b>BROCCOLI-NUDELAUFLAUF</b> mit Tomatenragout 0,7 4,6 (SF)	Hühnersuppe mit Nudeln <b>OMELETTE</b> mit Cremespinat und Salzkartoffeln 0,8 2,5 (EW) (SF)	Dillkräutersuppe <b>BROCCOLI-NUDELAUFLAUF</b> mit Tomatenragout 0,6 4,6 (SF)
	Allergene: A,C,G kcal 588	Allergene: A,C,G,L kcal 376	Allergene: A,C,G kcal 582
<b>DI</b> 24.12.	Dillkräutersuppe <b>GIRARDI-RINDSBRATEN</b> mit Hörnchen 0,6 5,0 (SF)	Kartoffelcremesuppe <b>HOKIFISCHFILET</b> IN TOMATENSAUCE mit Reis 0,7 4,7 (EW) (SF)	Grießnockerlsuppe <b>BURGUNDER RINDSBRATEN</b> mit Serviettenknödeln 0,7 3,9 (SF)
	Allergene: A,G,L kcal 764	Allergene: A,D,G kcal 658	Allergene: A,C,G,L,M kcal 619
<b>MI</b> 25.12.	Hühnersuppe mit Nudeln <b>GEFÜLLTE KALBSBRUST</b> im Natursaft mit feinem Kräuterreis 0,8 5,9 (SF)	Kräutertropfteigsuppe <b>GIRARDI-RINDSBRATEN</b> mit Hörnchen 0,5 5,0 (SF)	Teigreisuppe <b>KALBSBRATEN</b> mit Reis und Babykarotten 0,6 3,9 (SF)
	Allergene: A,C,G,L kcal 672	Allergene: A,C,G,L kcal 739	Allergene: A,C,G kcal 492
<b>DO</b> 26.12.	Kartoffelcremesuppe <b>HIRSCHRAGOUT</b> mit Apfelrotkraut und Semmelknödel 0,7 5,0 (SF)	Teigreisuppe <b>KALBSBRATEN</b> mit Reis und Babykarotten 0,6 3,9 (SF)	Selleriecremesuppe <b>HIRSCHRAGOUT</b> mit Apfelrotkraut und Semmelknödel 0,5 5,0 (SF)
	Allergene: A,C,G,L kcal 714	Allergene: A,C,G kcal 492	Allergene: A,C,G,L kcal 667
<b>FR</b> 27.12.	Selleriecremesuppe <b>MOHNUDELN</b> mit Apfelmus 0,5 9,3 (EW) (SF)	Dillkräutersuppe <b>BROCCOLI-NUDELAUFLAUF</b> mit Tomatenragout 0,6 4,6 (SF)	Kartoffelcremesuppe <b>OMELETTE</b> mit Cremespinat und Salzkartoffeln 0,7 2,5 (EW) (SF)
	Allergene: A,C,G,L kcal 739	Allergene: A,C,G kcal 582	Allergene: A,C,G kcal 425
<b>SA</b> 28.12.	Teigreisuppe <b>GEMÜSEPAELLA</b> mit Tomatenragout 0,6 5,1 (EW) (SF)	Selleriecremesuppe <b>TOPFENKNÖDEL</b> mit Marillenröster 0,5 6,4 (EW) (SF)	Kräutertropfteigsuppe <b>HOKIFISCHFILET</b> IN TOMATENSAUCE mit Reis 0,5 4,7 (EW) (SF)
	Allergene: A,C kcal 440	Allergene: A,C,G,L kcal 568	Allergene: A,C,D,G kcal 611
<b>SO</b> 29.12.	Zwiebelsuppe <b>BURGUNDER RINDSBRATEN</b> mit Serviettenknödeln 0,2 3,9 (SF)	Grießnockerlsuppe <b>GEKOCHTES RINDFLEISCH</b> mit Dillkartoffeln 0,7 1,6 (SF)	Hühnersuppe mit Nudeln <b>GIRARDI-RINDSBRATEN</b> mit Hörnchen 0,8 5,0 (SF)
	Allergene: A,C,G,L,M kcal 588	Allergene: A,C,G kcal 420	Allergene: A,C,G,L kcal 737

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
- 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).