



**Kw 10 2024, Speiseplan Essen auf Rädern, St. Lukas, Wernau**

**Küche Telefonnr.: 07153 930973**

	<b>Montag 04.03.</b>	<b>Dienstag 05.03.</b>	<b>Mittwoch 06.03.</b>	<b>Donnerstag 07.03.</b>	<b>Freitag 08.03.</b>	<b>Samstag 08.03.</b>	<b>Sonntag 10.03.</b>
<b>Suppe Essen auf Rädern</b>	Riebelesuppe Ei,Wz	Gemüsecremesuppe M,Sel,Wz	Kichererbsensuppe	Broccolicremesuppe M,Wz	Steckrübensuppe M,Wz		Flädlesuppe Ei,M,Wz
<b>Vollkost Essen auf Rädern</b>	Quarkauflauf mit Himbeersauce 8 Ei,M,Wz	Putengeschnitzeltes mit Bratkartoffeln und Blumenkohl-Salat 1,6,9 M,Su,Wz	Gemischter Hackbraten mit Bratensauce, dazu Zucchini und Nudeln Ei,Wz,Sel	Hühnerfrikassee mit Reis und Salat 6 Ei,M,Sel,Su,Wz	Gnocchi mit Blattspinat M,Sel,Wz	Erbseintopf mit Kartoffelwürfel	Kalbsrahmbraten mit Blumenkohl und Spätzle 1,6 M,Su,Wz,Ei
<b>Leichte Vollkost Essen auf Rädern</b>	Schinkennudeln mit Tomatensauce und Blattsalat 4,2,10,6 Ei,Wz,Sel,Su	Tellerrösti mit Rahmkohlrabi M,Wz	Bauernomelette mit Bratensauce und Rote Bete-Salat 4,2,9 Ei,M,Sel	Vegetarisches Schnitzel, Kräutersauce, Karotten und Püree Ei,M,Ha,Wz	Schlemmerfilet Italiano mit Tomatensauce, Kartoffeln und Blattsalat 4,6 F,M,Wz,Sel,Su	Gemüseintopf mit Rindfleisch Sel	Kalbsrahmbraten mit Broccoli und Eiernudeln 1,6 M,Su,Wz,Ei
<b>vegetarische Kost Essen auf Rädern</b>						Apfelstrudel mit Vanillesauce 1 Wz,Ei,M	
<b>Nachtsch Essen auf Rädern</b>	Mirabellenkompott 4	Banane	Hagebuttenquark M	Obstsalat	Pfirsich - Maracujajoghurt M	Schokopudding M	Himbeerquark M

**Legende der Zusatzstoffe und Allergene:** 1 - mit Farbstoff, 2 - mit Konservierungsstoff, 3 - kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 4 - mit Antioxidationsmittel, 5 - mit Geschmacksverstärker, 6 - geschwefelt, 7 - geschwärzt, 8 - gewachst, 9 - mit Süßungsmittel(n), 10 - mit Phosphat, 11 - coffeinhaltig, 12 - chininhaltig, 13 - enthält eine Phenylalaninquelle, 14 - mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln, 15 - mit Alkohol, Wz - Weizen, Ro - Roggen, Ha - Hafer, Ge - Gerste, Di - Dinkel, Ka - Kamut, K - Krebstiere, Ei - Eier, F - Fisch, Er - Erdnüsse, So - Soja, M - Milch (einschließlich Laktose), Man - Mandeln, Has - Haselnuss, Wal - Walnuss, Ca - Cashew, Pec - Pecanuss, Pa - Paranuss, Pi - Pistazie, Mac - Macadamianuss, Sel - Sellerie, Sen - Senf, Ses - Sesamsamen, Su - Schwefeldioxid und Sulfite, L - Lupine, W - Mollusken (Weichtiere)

Bei Lebensmittelunverträglichkeiten sprechen Sie uns bitte an.

**Änderungen vorbehalten.**

**Wir wünschen einen guten Appetit!**



### Speiseplan Essen auf Rädern, St. Lukas, Wernau

04.03.2024 bis 10.03.2024, 10. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag							
<b>Suppe Essen auf Rädern</b>	Einlage Schnittlauch Bund Einlage Schöberl <sup>Ei,Wz</sup> Gemüsebrühe klar TCF I Einlage Riebelnudeln <sup>Ei,Wz</sup>	75,6 kcal 316,6 kJ 1,4 g 8,3 g	Gemüsecremesuppe IV Suppengemüse <sup>M,Sel,Wz</sup> Einlage Petersilie kraus	127,8 kcal 529,3 kJ 6,7 g 5,7 g	Gemüsebrühe klar TCF I Einlage Kichererbsen CF Einlage Schnittlauch Bund	19,4 kcal 81,3 kJ 0,1 g 2 g	Brokkolicremesuppe V Brokkoli, GR Roux hell eigen <sup>M,Wz</sup>	83,6 kcal 349,1 kJ 3,8 g 4,3 g	Steckrübencremesuppe KBI II Steckrübenwürfel TK <sup>M,Wz</sup> Einlage Schnittlauch Bund	69,5 kcal 289,7 kJ 2,3 g 7 g	Gemüsebrühe klar TCF I Einlage Schnittlauch Bund Einlage Flädle CF <sup>Ei,M,Wz</sup>	129 kcal 537,9 kJ 4,2 g 12,2 g		
<b>Vollkost Essen auf Rädern</b>	Quark Grießauflauf I <sup>Ei,M,Wz,8</sup> Himbeersauce I	686,6 kcal 2884 kJ 18,3 g 62,7 g	Pute Rahmgeschnetzeltes II Pute Geschnetzeltes <sup>M,Su,Wz,1,6</sup> Bratkartoffeln Scheiben 0,6cm geg., Kartoffelscheiben 0,6cm geg., Zwiebeln Blumenkohlsalat CF Blumenkohlsalat 4,25Lt ATG 2,2kg <sup>Su,6,9</sup>	455,7 kcal 1894,1 kJ 6,6 g 34 g	ZucchiniGemüse grün gelb TK Zucchini grün gelb TK Jerelli Nudeln m.Ei Spiralnudeln TCF <sup>Ei,Wz</sup> Hackbraten gemischt Hackfleisch gemischt <sup>Ei,Sel,Wz</sup> Bratensauce TCF Bratensauce Delikatess Knorr odZ	520 kcal 2189,7 kJ 7,1 g 58,3 g	Hühnerfrikassée II Holland.,Erbsen <sup>Ei,M,Sel,Su,Wz,6</sup> Langkornreis parboiled Eichblattsalat rot Gartenkräuterdressing TCF	699,2 kcal 2946,4 kJ 13,8 g 72 g	Gnocchi TK TCF Gnocchi TK Blattspinat TK m. Zwiebeln Blattspinat TK <sup>M,Sel,Wz</sup>	632,5 kcal 2658,6 kJ 9,6 g 99,9 g	Erbseintopf gelbe Erbsen IV Sommergemüse TK	255 kcal 1062,5 kJ 0,7 g 33,5 g	Kalb Rahmbraten II Kalb Tafelspitz <sup>M,Su,Wz,1,6</sup> Spätzle Schmid's CF Eierspätzle frisch Schmid's <sup>Ei,Wz</sup> Blumenkohlgemüse 20/40 TK Blumenkohl 20/40 TK	582,1 kcal 2441,9 kJ 11,4 g 46,3 g
<b>Leichte Vollkost Essen auf Rädern</b>	Schinkennudeln II Kochschinken Streifen <sup>Ei,Wz,4,2,10</sup> Tomatensauce I Zwiebelwürfel 1cm TK, Tomatenpulpe <sup>Wz</sup> Vinaigrette, Essig Öldressing m. Salatkräutern & frischen Zwiebeln <sup>Sel,Su,4,6</sup> Eichblattsalat grün	645,6 kcal 2719 kJ 4,5 g 93,3 g	Kohlrabigemüse Streifen TK m. Sahne Kohlrabistreifen TK, Sahne haltbar 30% 1 <sup>M,Wz</sup> Teller Rösti TK 1g CF Teller Rösti TK 1g Gartenkräuterdressing TCF	563,2 kcal 2335 kJ 8,3 g 58,7 g	Bauernomelette TK 2g CF <sup>Ei,M,4,2</sup> Bratensauce TCF Bratensauce Delikatess Knorr odZ Rote Beetesalat Streifen TCF I nur Raps Öl, ohne Essig <sup>Sel,9</sup>	415 kcal 1737,3 kJ 6,8 g 31,8 g	Schnitzel veg.TK 90g CF TK Valess Schnitzel veget.pan. 90g <sup>Ei,M,Ha,Wz</sup> Kräutersauce I Petersilie Schnittlauch Dill <sup>M,Wz</sup> Karottengemüse Scheiben TK Karottenscheiben TK Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF Kartoffelpüree Flocken m.Milch Pfanni <sup>M</sup>	384,5 kcal 1600,4 kJ 7,7 g 31,2 g	Eisbergsalat Schlemmerfilet Italiano MSC TK 180g CF zum auflegen <sup>F,M</sup> Tomatensauce I Zwiebelwürfel 1cm TK, Tomatenpulpe <sup>Wz</sup> Salzkartoffeln Kartoffelviertel Kartoffelviertel Vinaigrette, Essig Öldressing m. Salatkräutern & frischen Zwiebeln <sup>Sel,Su,4,6</sup>	400,3 kcal 1665,9 kJ 5,6 g 31,3 g	Gemüseintopf m. Rind Gulasch Kartoffelwürfel, Rind Gulasch 1cm <sup>Sel</sup>	166,6 kcal 698,9 kJ 2,5 g 12,6 g	Kalb Rahmbraten II Kalb Tafelspitz <sup>M,Su,Wz,1,6</sup> Brokkoligemüse 20/40 TK Brokkoli 20/40 TK Eiernudeln Dreili TCF Eiernudeln Dreili <sup>Ei,Wz</sup>	584,1 kcal 2434,1 kJ 11 g 50,9 g
<b>vegetarische Kost Essen auf Rädern</b>							Apfelstrudelschnitte TK 110g CF <sup>Wz</sup> Vanillesauce CF I Vanillesauce 5% 2Lt 5% Debic <sup>Ei,M,1</sup>	873,1 kcal 3677,1 kJ 17,3 g 127,5 g						
<b>Nachtsich Essen auf Rädern</b>	Mirabellenkompott CF Mirabelle 4,25Lt ATG 2,4kg <sup>4</sup>	78,6 kcal 331,9 kJ 0,1 g 18,1 g	Banane CF	86,4 kcal 361,4 kJ 0,1 g 19,3 g	Hagebuttenquark <sup>M</sup>	108,5 kcal 454,8 kJ 1 g 12,5 g	Obstsalat Kiel TK TCF	60,1 kcal 253,7 kJ 0,1 g 13,3 g	Pfirsich Maracujajoghurt 3,5% CF <sup>M</sup>	113,4 kcal 478,1 kJ 2,1 g 17,5 g	Schokopudding TCF Schokopuddingpulver z.K. <sup>M</sup>	112,2 kcal 472,3 kJ 2 g 17,6 g	Himbeersahnequark <sup>M</sup>	97,3 kcal 407,4 kJ 0,8 g 10,5 g

**Legende der Nährwerte:**

- Energiegehalt (kcal)
- Energiegehalt (kJ)
- Eiweiß (mg/g)
- Fett (mg/g)
- gesättigte Fettsäuren (mg/g)
- Kohlenhydrate (mg/g)
- Zucker (mg/g)
- Salz (mg/g)

Bei Lebensmittelunverträglichkeiten sprechen Sie uns bitte an. Änderungen vorbehalten.

Wir wünschen einen guten Appetit!