



	Montag 20.03.	Dienstag 21.03.	Mittwoch 22.03.	Donnerstag 23.03.	Freitag 24.03.	Samstag 25.03.	Sonntag 26.03.
Suppe Essen auf Rädern	Brotsuppe Wz, M	Erbsensuppe Wz, M	Kartoffelcremesuppe M	Nudelsuppe Wz, Ei, Sel	Tomatensuppe Wz		Champignoncremesuppe Wz, M
Vollkost Essen auf Rädern	Grißauflauf mit Pfirsichsauce Wz, Ei, M	Lebergeschneitztes mit Bratkartoffeln und Blattsalat 1, 4, 6 Wz, Sel, Su	Spätzlepfanne mit Gemüse und Petersiliensauce Wz, Ei, M	Blumenkohl mit Sauce Hollandaise und Kartoffeln 6 Ei, M, Sel, Su	Gemüsepfanne mit Kartoffelpüree Wz, Ge, M	Gaisburger Marsch mit Brot 2 Wz, Ro, Ge, Di, Ei, M, Sel	Putenrollbraten in Sauce mit Flandergemüse und Spätzle 1, 6 Wz, Ei, M, Sen, Su
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Hirtenrolle mit Sauce, dazu Balkangemüse und Kartoffelpüree Wz, Ei, So, M	Gemüselasagne mit Tomatensauce und Salat Wz, Ei, M, Sel	Rindergeschneitztes mit Reis und Gurkensalat 1, 4, 6 Wz, M, Sen, Su	Hühnerschlegel mit Kartoffelsalat 4, 6 Sen, Su	Seelachs in Weißweinsauce mit Karotten und Bandnudeln 6 Wz, Ei, F, M, Su	Maultaschen in der Brühe Wz, Ei, Sel	Putenrollbraten in Sauce mit Flandergemüse und Nudeln 1, 6 Wz, Ei, M, Sen, Su
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Quarkpfannkuchen mit Vanillesauce Wz, Ei, M	
Nachtsch Essen auf Rädern	Kirschkompott	Stracciatellajoghurt M	Gelbe Grütze mit Sahne 4, 6 M, Su	Aprikosenquark M	Obstsalat	Nusspudding M	Herrencreme 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

20.03.2023 bis 26.03.2023, 12. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag								
Suppe Essen auf Rädern	Gemüsebrühe klar TCF I Buttertoast 1 Scheibe Einlage Schnittlauch Bund	66,6 kcal 281,2 kJ 2,1 g 912,3 mg 556,4 mg 12,1 g 808 mg 313,4 mg	Erbensencremesuppe Einlage Schnittlauch Bund	188,8 kcal 780,6 kJ 4,1 g 15,2 g 7,5 g 7,3 g 2,7 g 2 g	Kartoffelcremesuppe II Einlage Schnittlauch Bund	112,4 kcal 465,4 kJ 1,2 g 9,7 g 4 g 5,1 g 922,5 mg 2 g	Einlage Muschelnudeln Gemüsebrühe klar TCF II	26,1 kcal 109,2 kJ 1,8 g 220 mg 52,5 mg 4,2 g 77,5 mg 3 g	Tomatensuppe Einlage Petersilie kraus	87,9 kcal 364,1 kJ 1,1 g 6,7 g 1,8 g 5,6 g 2,2 g 1,1 g	Champignoncremesuppe I	133,6 kcal 553,5 kJ 3,3 g 10,3 g 4,2 g 6,7 g 2,5 g 3,2 g			
	Grießauflauf Pfirsichkompott Würfel CF	573,8 kcal 2411,6 kJ 14,6 g 23,6 g 14,2 g 73,8 g 52,3 g 1,4 g	Schwein Leber Geschnetzeltes Bratkartoffeln Scheiben Eisbergsalat Vinaigrette, Essig Öldressing	408,2 kcal 1699,2 kJ 16,3 g 21 g 3,5 g 34 g 4,8 g 4,8 g	Spätzle Gemüsepfanne TCF Petersiliensauce GRX	530,2 kcal 2224,1 kJ 17,1 g 18,5 g 8,6 g 68,5 g 8 g 7,2 g	Blumenkohlgemüse 20/40 TK Sauce Hollandaise TCF I Salzkartoffeln Kartoffelviertel	622,9 kcal 2636,3 kJ 8,6 g 51,5 g 17,5 g 29,8 g 5,9 g 3,1 g	Gemüsepfanne m. Veloute Kartoffelpüree Flocken Kaltquellend TCF	189,9 kcal 788,4 kJ 3 g 11,4 g 5,9 g 14,3 g 7,2 g 2,7 g	Gaisburger Marsch I Brotkorb Abend Pute Rollbraten Geflügelsauce Flanderngemüse TK TCF Spätzle Schmidts CF	324,5 kcal 1364,6 kJ 20,8 g 5,2 g 2,2 g 46,4 g 6,7 g 6,7 g	133,6 kcal 553,5 kJ 3,3 g 10,3 g 4,2 g 6,7 g 2,5 g 3,2 g		
	Hirtenrolle TK 120g CF Bratensauce KSTG Basis TKF I Balkangemüse TK Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF	423,4 kcal 1766,6 kJ 19,8 g 22,8 g 8,9 g 30,2 g 8,1 g 4,7 g	Lasagne Gemüse TK 0,25kg Tomatensauce TCF Feldsalat Gartenkräuterdressing TCF	440,5 kcal 1836,8 kJ 9,7 g 25,1 g 8,5 g 59,2 g 11,8 g 4,5 g	Rind Geschnetzeltes Langkornreis parboiled Gurkensalat Saure Sahne	480,6 kcal 2018,7 kJ 23,9 g 15,7 g 7,4 g 56,8 g 6,6 g 6,7 g	Hähnchen Schenkel TK 210g Kartoffelsalat Essig Öl III Seelachs Filet TK 140-160g gedünstet Weißweinsauce, Weiße Basissauce II Karottengemüse Scheiben TK Bandnudeln m. Ei TCF	530,1 kcal 2220,6 kJ 31,8 g 15,8 g 7,6 g 59,4 g 14,7 g 6,5 g	Maultasche gerollt TK 85g CF gebr. Fleischsuppe klar TCF	507,8 kcal 2138,8 kJ 22,6 g 19,1 g 7,2 g 61,4 g 5,7 g 9,5 g	Pute Rollbraten Geflügelsauce Flanderngemüse TK TCF Hörnchen Nudeln m.Ei TCF	647,4 kcal 2689,6 kJ 25,6 g 30,5 g 8,2 g 62,4 g 8,8 g 5,6 g			
	vegetarische Kost Essen auf Rädern								Pfannkuchen Quark TK 85g CF Vanillesauce TCF I	204,7 kcal 861,9 kJ 7,3 g 7,3 g 3,3 g 27,2 g 14,4 g 395,4 mg					
	Nachtsch Essen auf Rädern	Sauerkirschkompott CF I	78,6 kcal 331,9 kJ 714,9 mg 51,1 mg 51,1 mg 17,1 g 13,8 g 51,1 mg	Stracciatellejoghurt 5% CF	133,9 kcal 560,9 kJ 3,6 g 5,5 g 3,6 g 17,3 g 16,9 g 130,9 mg	Gelbe Grütze TCF Sahne geschlagen	150,5 kcal 629,7 kJ 759,9 mg 7,6 g 4,9 g 19,5 g 14,5 g 24,7 mg	Aprikosenquark CF	104,7 kcal 438 kJ 6,5 g 3,7 g 2,5 g 11,1 g 10,1 g 80,6 mg	Obstsalat TK TCF	67,2 kcal 283,4 kJ 533,5 mg 305 mg 100,1 mg 14,6 g 13,5 g 99,2 mg	Nusspudding TCF	112,6 kcal 472,4 kJ 2,9 g 3 g 2,1 g 18,3 g 11,8 g 180,7 mg	Vanillecreme Raspelschokolade CF Raspelschokolade CF	169,6 kcal 704,4 kJ 2,6 g 11,8 g 7,7 g 13,1 g 9,3 g 133,3 mg

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!