



	Montag 25.07.	Dienstag 26.07.	Mittwoch 27.07.	Donnerstag 28.07.	Freitag 29.07.	Samstag 30.07.	Sonntag 31.07.
<b>Suppe Essen auf Rädern</b>	Tomatencremesuppe	Sternchensuppe	Brotsuppe	Selleriecremesuppe	Broccolicremesuppe		Spargelcremesuppe
	Wz, M	Wz, Ei	Wz, Ge, Ei, So	Wz, M, Sel	Wz, M		Wz, M
<b>Vollkost Essen auf Rädern</b>	Germknödel mit Vanillesauce	Gnocchi mit Gorgonzolasauce und Feldsalat	Gyros mit Tsatsiki und Djuvecreis	Fleischküchle mit Sauce, dazu Kartoffelsalat mit Gurken	Gemüsereispfanne mit Kokos und Ingwer	Grüner Bohneneintopf mit Kasseler	Eingemachtes Kalbsfleisch mit Karotten und Reis
	2 Wz, M	6 Wz, M, Sen, Su	2 M, Sel	1, 5 Wz, Ei, M, Sel, Sen	Wz	2, 4 Wz, Ro, Ge, Di, M, Sel	6 Wz, M, Su
<b>Leichte Vollkost Essen auf Rädern</b>	Gabelspaghetti mit Schinken, Erbsen, Champignon, Sauce, Salat	Oberländer Bratwurst mit Sauce, Karotten-Lauchgemüse und Püree	Maultaschen-Gemüse-Auflauf mit Tomatensauce	Saure Nierle mit Bratkartoffeln und Gurkensalat	Schlemmerfilet mit Sauce, dazu Kartoffeln und Blattsalat	Gemüseintopf mit Nudeln	Eingemachtes Kalbsfleisch mit Familiengemüse und Knöpfele
	2, 4, 6, 10 Wz, Ei, Sen, Su	10 M	Wz, Ei, Sel	1, 4, 6 Wz, M, Sen, Su	6 Wz, F, M, Sen, Su	2 Wz, Ro, Ge, Di, Ei, M, Sel	6 Wz, Di, Ei, M, Su
<b>vegetarische Kost Essen auf Rädern</b>						Reibekuchen mit Apfelmus	
						4 Wz, Ei	
<b>Nachtsch Essen auf Rädern</b>	Pflaumenkompott	Heidelbeerquark	Banane	Fruchtjoghurt Aprikose	Apfelschnee	Mokkapudding	Mangojoghurt
	4	M		M	4 M	M	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

25.07.2022 bis 31.07.2022, 30. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag							
<b>Suppe Essen auf Rädern</b>	Tomatencremesuppe I <sup>Wz, M</sup>	116,8 kcal 483,7 kJ 1,3 g 9,4 g 3,7 g 6,2 g 3,1 g 1,1 g	Einlage Sternchennudeln <sup>Wz, Ei</sup> Gemüsebrühe klar TCF I	24,7 kcal 104,5 kJ 929 mg 159 mg 73,8 mg 4,8 g 264 mg 1 g	Einlage Eierflocken <sup>Ei</sup> Einlage Brötchenwürfel II <sup>Wz, Ge, So</sup> Gemüsebrühe klar TCF I	83,9 kcal 350,3 kJ 3,5 g 1,6 g 489,4 mg 13,7 g 871,1 mg 389 mg	Selleriecremesuppe GRX <sup>Wz, M, Sel</sup>	138,9 kcal 576,9 kJ 2,5 g 11,9 g 4,9 g 5,5 g 3,2 g 2,1 g	Brokkolicremesuppe I <sup>Wz, M</sup>	146,6 kcal 605,9 kJ 3,5 g 11,8 g 5,4 g 6,2 g 3,4 g 2,1 g	Spargelcremesuppe TCF I <sup>Wz, M</sup>	86 kcal 360 kJ 1 g 4,2 g 2,4 g 10,8 g 1,6 g 2,4 g		
<b>Vollkost Essen auf Rädern</b>	Hefekloß Germknödel Heidelbeer TK <sup>g 2, Wz</sup> Vanillesauce TCF II <sup>M</sup>	558,5 kcal 2361,4 kJ 14,4 g 7,1 g 4,1 g 109,9 g 44,3 g 1,8 g	Gnocchi TK TCF Gorgonzolasauce GRX <sup>Wz, M</sup> Feldsalat Balsamicodressing Essig Öldressing <sup>6, Sen, Su</sup>	642 kcal 2687,1 kJ 13,6 g 32,7 g 15,2 g 69,7 g 10,4 g 5,9 g	Schwein Gyros Streifen Gyros Art II Tzaziki (Zaziki) CG <sup>2, M, Sel</sup> Gemüsereis Langkornreis parboiled <sup>Sel</sup>	805,2 kcal 3357 kJ 34,7 g 52,6 g 8 g 47,3 g 8,2 g 5,2 g	Frikadelle Hacksteak II <sup>Wz, Ei, M</sup> Bratensauce KSTG Basis TCF I Kartoffelsalat Essig Öl m. Gurke <sup>1, 5, Sel, Sen</sup>	330,7 kcal 1382,6 kJ 22,6 g 15,6 g 4,3 g 23,8 g 2,2 g 3,7 g	Gemüsereispfanne m. Kokos & Ingwer <sup>Wz</sup>	527,8 kcal 2207,4 kJ 9,6 g 32,6 g 26,9 g 49,2 g 8 g 2,8 g	Einlage Schwein Kasseler Würfel 0,8-1cm <sup>2, 4</sup> Bohneneintopf grün m. Kartoffelwürfel <sup>Sel</sup> Brotkorb Abend <sup>2, Wz, Ro, Ge, Di, M</sup>	311,8 kcal 1309,5 kJ 15,5 g 7,2 g 2,9 g 42,7 g 5,4 g 7,4 g	Kalb eingemachtes Kalbsfleisch I <sup>6, Wz, M, Su, 15</sup> Kartottengemüse Scheiben TK Langkornreis parboiled	405,9 kcal 1708,3 kJ 21,9 g 9,9 g 4,5 g 53,5 g 11,9 g 5,5 g
<b>Leichte Vollkost Essen auf Rädern</b>	Gabelspaghetti m. Schinken, Erbsen, Cham <sup>2, 4, 10, Wz, Ei</sup> Bratensauce KSTG Basis TCF I Eichblattsalat rot Balsamicodressing <sup>6, Sen, Su</sup>	501 kcal 2088 kJ 29,2 g 18,1 g 4 g 53,2 g 12,6 g 7,6 g	Schwein Bratwurst Oberländer 110g CF I <sup>10</sup> Bratensauce KSTG Basis TCF I Karotten Lauchgemüse TK Kartoffelpüree Flocken kaltuellend TCF <sup>M</sup>	442,9 kcal 1832,2 kJ 14,7 g 35,5 g 15,5 g 14,2 g 8,7 g 4,6 g	Maultaschen Gemüseauflauf TCF <sup>Wz, Ei, Sel</sup> Tomatensauce I <sup>Wz</sup> Karottensalat Saure Sahne <sup>4, 6, M, Sen, Su</sup>	546 kcal 2274,7 kJ 25,8 g 32,2 g 9,6 g 36,8 g 5,7 g 5,4 g	Schwein Saure Nieren in braune Sauce <sup>1, Wz</sup> Bratkartoffel Scheiben geg. 0,7cm Gurkensalat Saure Sahne <sup>4, 6, M, Sen, Su</sup>	420,3 kcal 1758,7 kJ 18,8 g 20,7 g 9,1 g 37,7 g 6,5 g 5,8 g	Schlemmerfilet Italiano MSC TK 180g CF <sup>F, M</sup> Kräutersauce I <sup>Wz, M</sup> Salzkartoffeln Kartoffelviertel Eichblattsalat rot Balsamicodressing <sup>6, Sen, Su</sup>	530,7 kcal 2211,8 kJ 20,5 g 30,3 g 9,6 g 41,8 g 15 g 4,4 g	Gemüseintopf m. Bandnudeln <sup>Wz, Ei, Sel</sup> Brotkorb Abend <sup>2, Wz, Ro, Ge, Di, M</sup>	292,1 kcal 1229,2 kJ 10,3 g 3,5 g 1 g 52,1 g 6,2 g 3,9 g	Kalb eingemachtes Kalbsfleisch I <sup>6, Wz, M, Su, 15</sup> Familiengemüse TK TCF Knöpfle TK CF <sup>Wz, Di, Ei</sup>	416,7 kcal 1756,6 kJ 28,2 g 12,6 g 5,6 g 45,1 g 7,7 g 5,2 g
<b>vegetarische Kost Essen auf Rädern</b>														
<b>Nachtsich Essen auf Rädern</b>	Pflaumenkompott 1/2 Frucht CF <sup>4</sup>	73,5 kcal 313,5 kJ 306,4 mg 102,1 mg 51,1 mg 17 g 13,4 g 51,1 mg	Heidelbeerquark CF <sup>M</sup>	122,9 kcal 519,6 kJ 6,6 g 3,6 g 2,1 g 15,6 g 14,8 g 130,9 mg	Banane CF	86,4 kcal 361,4 kJ 1,1 g 174,2 mg 59 mg 19,3 g 16,7 g 4,3 mg	Aprikosojoghurt 3,5% CF <sup>M</sup>	98,7 kcal 417,9 kJ 3,7 g 3 g 1,9 g 13,7 g 13,2 g 141 mg	Apfelschnee II <sup>4, M</sup>	113,2 kcal 472,9 kJ 735,2 mg 5,2 g 3,6 g 14,8 g 13,3 g 18,5 mg	Mokkapuddingpulver TCF <sup>M</sup>	105,2 kcal 443 kJ 2,9 g 3 g 2,1 g 16,6 g 10,9 g 132,3 mg	Mangojoghurt 3,5% Froop 100g CF <sup>M</sup>	105 kcal 443 kJ 3,9 g 2,3 g 1,5 g 16,3 g 15,2 g 130 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)