



	Montag 22.08.	Dienstag 23.08.	Mittwoch 24.08.	Donnerstag 25.08.	Freitag 26.08.	Samstag 27.08.	Sonntag 28.08.
Suppe Essen auf Rädern	Riebelesuppe	Gemüsecreme- suppe	Kichererbsensupp e	Brokkolicreme- suppe	Steckrübensuppe		Flädlesuppe
	Wz, Ei	Wz, M		Wz, M	Wz, M		Wz, Ei, M
Vollkost Essen auf Rädern	Quarkauflauf mit Himbeersauce	Putengeschnet- zeltes mit Bratkartoffeln und Blumenkohl-Salat	Gemischter Hackbraten mit Bratensauce, dazu Zucchini und Nudeln	Hühnerfrikassee mit Reis und Salat	Gnocchi mit Blattspinat	Erbseintopf mit Kartoffelwürfeln	Kalbsrahmbraten mit Blumenkohl und Spätzle
	Wz, Ei, M	1, 4, 6, 9 Wz, M, Su	Wz, Ei	6 Wz, M, Sel, Su	Wz, M	Sel	1, 6 Wz, Ei, M, Sel, Su
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Schinkennudeln mit Tomatensauce und Blattsalat	Tellerrösti mit Rahmkohlrabi	Bauernomelette mit Bratensauce und Rote Bete- Salat	Vegetarisches Schnitzel, Kräutersauce, Karotten und Püree	Schlemmerfilet Italiano mit Tomatensauce, Kartoffeln und Blattsalat	Gemüseintopf mit Rindfleisch	Kalbsrahmbraten mit Brokkoli und Eiernudeln
	2, 4, 6, 10 Wz, Ei, Sel, Su	Wz, M	2, 4, 9 Ei, M	Wz, Ha, Ei, M	4, 6 Wz, F, M, Sel, Su	Sel	1, 6 Wz, Ei, M, Sel, Su
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Apfelstrudel mit Vanillesauce	
						1 Wz, Ei, M	
Nachtsich Essen auf Rädern	Mirabellen- kompott	Aprikosen	Hagebuttenquark	Obstsalat	Pfirsich - Maracujajoghurt	Schokopudding	Himbeerquark
	4		M		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

22.08.2022 bis 28.08.2022, 34. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Suppe Essen auf Rädern	Einlage Riebelnudeln ^{Wz, Ei} Einlage Schöberl ^{Wz, Ei} Gemüsebrühe klar TCF I Einlage Schnittlauch Bund	Gemüsecremesuppe II ^{Wz, M} Einlage Petersilie kraus	Einlage Kichererbsen CF Gemüsebrühe klar TCF I Einlage Schnittlauch Bund	Brokkolicremesuppe GRX ^{Wz, M}	Steckrübencremesuppe KBI ^{Wz, M} Einlage Schnittlauch Bund		Einlage Flädle TK CF ^{Wz, Ei, M} Gemüsebrühe klar TCF I Einlage Schnittlauch Bund
	75,8 kcal 317,3 kJ 2,6 g 3,5 g 1,4 g 8,3 g 192,9 mg 759,5 mg	175,4 kcal 724,5 kJ 2,6 g 14,9 g 7,5 g 6,6 g 3 g 2 g	19,5 kcal 81,7 kJ 1,1 g 534,6 mg 56,1 mg 2 g 256,9 mg 229,9 mg	138,7 kcal 575,7 kJ 2,9 g 11,8 g 4,8 g 5,3 g 2,9 g 2,1 g	88 kcal 367 kJ 2 g 4,7 g 3,3 g 11,1 g 2,4 g 2 g		91,9 kcal 382,6 kJ 361,1 mg 5,9 g 741,6 mg 7,1 g 488,9 mg 418,7 mg
Vollkost Essen auf Rädern	Quarkauflauf m. Hartweizengrieß & Apriko ^{Wz, Ei, M} Himbeersauce I	Pute Rahmgeschnetzeltes II ^{1, 6, Wz, M, Su, 15} Bratkartoffeln Scheiben 0,6cm geg. ^{4, 6, Su} Blumenkohlsalat CF ^{6, 9, Su}	Hackbraten gemischt ^{Wz, Ei} Bratensauce TCF Zucchini Gemüse grün gelb TK Jerelli Nudeln m.Ei Spiralnudeln TCF ^{Wz, Ei}	Huhn Fleischwürfel in weißer Sauce ^{6, Wz, M, Sel, Su, 15} Langkornreis parboiled Eichblattsalat rot Gartenkräuter dressing TCF	Gnocchi TK TCF Blattspinat TK m. Zwiebeln ^{Wz, M}	Erbseintopf gelbe Erbsen I ^{Sel}	Kalb Rahmbraten ^{1, 6, Wz, M, Sel, Su, 15} Blumenkohlgemüse 20/40 TK Spätzle Schmidts CF ^{Wz, Ei}
	532,3 kcal 2242,7 kJ 31,5 g 10,7 g 3,3 g 74,7 g 46,9 g 1,3 g	470,8 kcal 1955,6 kJ 25,2 g 24,9 g 6,8 g 31,7 g 4,8 g 3,8 g	454,6 kcal 1916,8 kJ 26,6 g 14,1 g 7,4 g 53,4 g 4,9 g 4,7 g	511,3 kcal 2146,8 kJ 31 g 20,6 g 7,6 g 48,9 g 3,8 g 5,8 g	511,3 kcal 2146,8 kJ 11,2 g 17,3 g 9,4 g 65,6 g 8,5 g 3,7 g	484,6 kcal 2034,6 kJ 11,2 g 17,3 g 9,4 g 65,6 g 8,5 g 3,7 g	283 kcal 1190,8 kJ 13,9 g 5,4 g 606,5 mg 40,5 g 6,6 g 1,2 g
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Schinkennudeln ^{2, 4, 10, Wz, Ei} Tomatensauce I ^{Wz} Eichblattsalat grün Vinaigrette, Essig Öldressing ^{4, 6, Sel, Su}	Teller Rösti TK 1g CF Kohlrabigemüse Streifen TK m. Sahne ^{Wz, M} Gartenkräuter dressing TCF	Bauernomelette TK 2g CF ^{2, 4, Ei, M} Bratensauce TCF Rote Beetesalat Streifen TCF I ⁹	Schnitzel veg. TK 90g CF ^{Wz, Ha, Ei, M} Kräutersauce I ^{Wz, M} Karottengemüse Scheiben TK Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF ^M	Schlemmerfilet Italiano MSC TK 180g CF ^{F, M} Tomatensauce I ^{Wz} Salzkartoffeln Kartoffelviertel Eisbergsalat Vinaigrette, Essig Öldressing ^{4, 6, Sel, Su}	Gemüseintopf m. Rind Gulasch ^{Sel}	Kalb Rahmbraten ^{1, 6, Wz, M, Sel, Su, 15} Brokkoligemüse 20/40 TK Eiernudeln Dreilli TCF ^{Wz, Ei}
	654,8 kcal 2757,4 kJ 25,9 g 18,2 g 4,6 g 93,7 g 7,8 g 5,6 g	562,8 kcal 2333,8 kJ 6,7 g 41 g 8,7 g 37,5 g 7,6 g 2,4 g	388 kcal 1623 kJ 19,1 g 21,7 g 6,7 g 26,4 g 6,6 g 5,7 g	384,1 kcal 1599,5 kJ 13,3 g 21,1 g 8 g 31,1 g 9,9 g 3,6 g	400,5 kcal 1666,7 kJ 18,1 g 21,3 g 5,6 g 31,4 g 4 g 4,3 g	400,5 kcal 1666,7 kJ 18,1 g 21,3 g 5,6 g 31,4 g 4 g 4,3 g	587,6 kcal 2465,8 kJ 14 g 6,1 g 2,6 g 13,7 g 4,2 g 2,2 g
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Apfelstrudelschnitte TK 110g CF ^{Wz} Vanillesauce CF I ^{1, Ei, M}	
						876,6 kcal 3692 kJ 15 g 31,5 g 17,4 g 128 g 63,8 g 1,5 g	
Nachtsich Essen auf Rädern	Mirabellenkompott CF ⁴	Aprikose CF	Hagebuttenquark ^M	Obstsalat Kiel TK TCF	Pfirsich Maracujajoghurt 3,5% CF ^M	Schokopudding TCF ^M	Himbeersahnequark ^M
	78,6 kcal 331,9 kJ 204,3 mg 102,1 mg 51,1 mg 18,1 g 16,2 g 51,1 mg	38,9 kcal 164,8 kJ 838,5 mg 93,2 mg 7,2 mg 8 g 7,2 g 2 mg	104,8 kcal 442,8 kJ 9,2 g 1,5 g 991,8 mg 13,1 g 11,9 g 2,1 g	60,1 kcal 253,8 kJ 633,6 mg 308,3 mg 52,2 mg 13,3 g 11,7 g 49,8 mg	60,1 kcal 253,8 kJ 633,6 mg 308,3 mg 52,2 mg 13,3 g 11,7 g 49,8 mg	102,8 kcal 432,5 kJ 3,4 g 3,1 g 2,1 g 14,8 g 14,5 g 106 mg	111,8 kcal 470,6 kJ 3,3 g 3,2 g 2,2 g 17,1 g 11,7 g 134,2 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!