



	Montag 19.09.	Dienstag 20.09.	Mittwoch 21.09.	Donnerstag 22.09.	Freitag 23.09.	Samstag 24.09.	Sonntag 25.09.
Suppe Essen auf Rädern	Tomatencremesuppe	Sternchensuppe	Brotsuppe	Selleriecremesuppe	Broccolicremesuppe		Spargelcremesuppe
	Wz, M	Wz, Ei	Wz, Ge, Ei, So	Wz, M, Sel	Wz, M		Wz, M
Vollkost Essen auf Rädern	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
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	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
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Reibekuchen mit Apfelmus	
						4 Wz, Ei	
Nachtsch Essen auf Rädern	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

19.09.2022 bis 25.09.2022, 38. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag								
Suppe Essen auf Rädern	Tomatencremesuppe I Wz, M	114 kcal 471,9 kJ 1,3 g 9,4 g 3,7 g 5,7 g 2,9 g 1,1 g	Einlage Sternchennudeln Wz, Ei Gemüsebrühe klar TCF I	25,5 kcal 107,8 kJ Ge, So 929 mg 194 mg 59,8 mg 4,9 g 229 mg 1 g	Einlage Eierflocken Ei Einlage Brötchenwürfel II Wz, Ge, So Gemüsebrühe klar TCF I	94,7 kcal 396,2 kJ 3,9 g 1,8 g 491,8 mg 15,4 g 538,7 mg 531,1 mg	Selleriecremesuppe GRX Wz, M, Sel 594,7 kJ 2,5 g 11,9 g 4,7 g 5,5 g 3 g 2,1 g	Brokkolicremsuppe I Wz, M 144,5 kcal 598,1 kJ 3,3 g 11,8 g 5,2 g 7 g 3,3 g 2,1 g	Spargelcremesuppe TCF I Wz, M 82 kcal 340 kJ 1,4 g 3,4 g 2 g 11,2 g 2,8 g 1,9 g						
	Vollkost Essen auf Rädern	Hefekloß Germknödel Heidelbeer TK g ² , Wz Vanillesauce TCF II M	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 Wz, M Feldsalat Balsamicodressing Essig Öldressing ⁶ , Sen, Su	Schwein Gyros Streifen Gyros Art II Tzaziki (Zaziki) CG ² , M, Sel Gemüsereis Langkornreis parboiled ^{Sel}	810,1 kcal 3378,3 kJ 34,7 g 52,4 g 8 g 48,2 g 8,1 g 5,1 g	Frikadelle Hacksteak II Wz, Ei, M Bratensauce KSTG Basis TCF I Kartoffelsalat Essig Öl m. Gurke ^{1, 5} , Sel, Sen	Gemüsereispfanne m. Kokos & Ingwer Wz 228,1 kJ 9,8 g 30,9 g 24 g 51,6 g 7,5 g 2,1 g	Einlage Schwein Kasseler Würfel 0,8-1cm ^{2, 4} Bohneneintopf grün m. Kartoffelwürfel ^{Sel} Brotkorb Abend ² , Wz, Ro, Ge, Di, M	Kalb eingemachtes Kalbsfleisch I ⁶ , Wz, M, Su, 15 Kartottengemüse Scheiben TK Langkornreis parboiled	314,8 kcal 1321,3 kJ 15,5 g 7,5 g 2,7 g 42,1 g 5,9 g 7,5 g	421,9 kcal 1772,2 kJ 22,3 g 10,1 g 4,6 g 53,7 g 6,9 g 5,3 g			
		Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Gabelspaghetti m. Schinken, Erbsen, Cham ^{2, 4, 10} , Wz, Ei Bratensauce KSTG Basis TCF I Eichblattsalat rot Balsamicodressing ⁶ , Sen, Su	526,2 kcal 2193,7 kJ 30,1 g 18,8 g 4,1 g 56,1 g 13,1 g 8,2 g	Schwein Bratwurst Oberländer 110g CF I ¹⁰ Bratensauce KSTG Basis TCF I Karotten Lauchgemüse TK Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF M	Maultaschen Gemüseauflauf TCF Wz, Ei, Sel Tomatensauce I Wz	561,7 kcal 2341,5 kJ 27 g 33,7 g 9,7 g 36,7 g 5,9 g 5,3 g	Schwein Saure Nieren in braune Sauce ¹ , Wz Bratkartoffel Scheiben geg. 0,7cm Gurkensalat Saure Sahne ⁴ , M, Sen, Su	Schlemmerfilet Italiano MSC TK 180g CF ^{F, M} Kräutersauce I Wz, M Salzkartoffeln Kartoffelviertel Eichblattsalat rot Balsamicodressing ⁶ , Sen, Su	Gemüseintopf m. Bandnudeln Wz, Ei, Sel Brotkorb Abend ² , Wz, Ro, Ge, Di, M	Kalb eingemachtes Kalbsfleisch I ⁶ , Wz, M, Su, 15 Familiengemüse TK TCF Knöpfle TK CF Wz, Di, Ei	299,3 kcal 1260,4 kJ 10,5 g 3,8 g 890,6 mg 52,6 g 7,9 g 3,9 g	431 kcal 1811,1 kJ 28,2 g 12,6 g 5,6 g 45,1 g 7,4 g 5,1 g		
			vegetarische Kost Essen auf Rädern							Kartoffelpuffer 3x60g TK CF Wz, Ei Apfelmus 4,25Lt CF ⁴	572,7 kcal 2410,5 kJ 8,4 g 9,8 g 5,6 g 107,3 g 34,4 g 3,6 g				
				Nachtsch Essen auf Rädern	Pflaumenkompott 1/2 Frucht CF ⁴	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 M	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	Aprikosensojoghurt 3,5% CF M	Apfelschnee II ⁴ , M	Mokkapuddingpulver TCF M	Mangosjoghurt 3,5% Froop 100g CF M	103 kcal 435 kJ 3,7 g 2,3 g 1,5 g 16 g 14,9 g 120 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)