



Kw 39 2022, Speiseplan Essen auf Rädern, St. Lukas, Wernau Küche Telefonnr.: 07153 930973

	Montag 26.09.	Dienstag 27.09.	Mittwoch 28.09.	Donnerstag 29.09.	Freitag 30.09.	Samstag 01.10.	Sonntag 02.10.
Suppe Essen auf Rädern	Gebrannte Grießsuppe Wz	Lauchcreme- suppe Wz, M	Tomatencreme- suppe Wz, M	Steckrüben- cremesuppe Wz, M	Spinatcreme- suppe M		Nudelsuppe Wz, Ei
Vollkost Essen auf Rädern	Cevapcici mit Paprikasauce, Reis und Blattsalat 1, 4, 6 Wz, Ei, Sel, Su	Saure Kutteln mit Bratkartoffeln und Blattsalat 1, 4, 6 Wz, Sel, Su	Gulasch vom Schwein mit Serviettenknödel und Krautsalat 1, 4, 6 Wz, Sen, Su	Schweinehälle mit Sauce, dazu Kartoffelgratin und Rettichsalat Ei, M	Paniertes Rotbarschfilet mit Remouladen- sauce und Kartoffelsalat 4, 6 Wz, Ei, F, M, Sen, Su	Bauerntopf mit Hackfleisch 2, 4, 6, 10 Wz, Ro, Ge, Di, M, Sel, Su	Sauerbraten mit Sauce, dazu Rotkraut und Semmelknödel 1, 2, 4, 6, 14 Wz, Ei, Sel, Su
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Ofenschlupfer mit Vanillesauce 4 Wz, Ei, M	Spaghetti mit "Gemüse- Bolognese" und Parmesan, dazu Blattsalat 2, 6 Wz, Ei, M, Sel, Sen, Su	Gemüsestrudel mit Käsesauce und Gurkensalat 1, 4, 6 Wz, Ei, M, Sel, Su	Gemüseschnitzel mit Kräutersauce, dazu Kartoffelpüree und Rettichsalat Wz, Di, M	Käsespätzle mit geschmelzten Zwiebeln und Blattsalat 4, 6 Wz, Di, Ei, M, Sel, Su	Kichererbseneinto- pf mit Gemüse 2 Wz, Ro, Ge, Di, M, Sel	Sauerbraten mit Sauce, dazu Romanesco und Eiernudeln 1, 4, 6 Wz, Ei, Sel, Su
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Apfelküchle mit Zimtsauce Wz, M	
Nachtsich Essen auf Rädern	Ananaskompott	Himbeerquark M	Obstsalat	Kirschgoghurt M	Hagebuttenquark M	Erdbeerpudding 1 M	Zitronenmousse mit Sahne 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

26.09.2022 bis 02.10.2022, 39. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Suppe Essen auf Rädern	Grießsuppe gebrannt I Wz Einlage Schnittlauch Bund	Lauchcremesuppe Wz, M Einlage Schnittlauch Bund	Tomatencremesuppe KBI Wz, M Einlage Petersilie kraus	Steckrübencremesuppe KBI Wz, M Einlage Petersilie kraus	Spinatcremesuppe KBI M		Einlage Fadennudeln Wz, Ei Fleischsuppe klar TCF Einlage Schnittlauch Bund
	91,7 kcal 383,9 kJ 1,9 g 4,4 g 357,5 mg 10,9 g 462,7 mg 3,2 g	191,7 kcal 801,2 kJ 1,9 g 4,4 g 357,5 mg 10,9 g 462,7 mg 3,2 g	150,2 kcal 622,2 kJ 3,2 g 11,5 g 5,2 g 8,1 g 4 g 1,9 g	122,1 kcal 508,7 kJ 1,8 g 8,4 g 3 g 9,3 g 3,1 g 2,1 g	88,1 kcal 367,3 kJ 1,9 g 4,7 g 3,3 g 11,1 g 2,4 g 2 g	136,8 kcal 568,1 kJ 2,7 g 10,4 g 4,1 g 7,3 g 1,3 g 1 g	36,8 kcal 153,8 kJ 1,3 g 471,3 mg 206,4 mg 6,7 g 1,3 g 2,9 g
Vollkost Essen auf Rädern	Cevapcici geg.TK 4x30g CF Ei Zigeunersauce 1, Wz Langkornreis parboiled Eichblattsalat grün Vinaigrette, Essig Öldressing 4, 6, Sel, Su	Rind Kutteln sauer 1, 4, 6, Wz, Su, 15 Bratkartoffeln Scheiben 0,6cm geg. Eichblattsalat grün Vinaigrette, Essig Öldressing 4, 6, Sel, Su	Schwein Gulasch 2cm 1, 6, Wz, Sen, Su, 15 Bayrisch Kraut I 6, Su, 15 Krautsalat CF 4	Schwein Haxe geg.TK 120g CF Bratensauce TCF Kartoffelgratin TCF Ei, M Rettichsalat weiß Rohkost	Rotbarsch Filet pan.geg.TK 140-160g CF Wz, F Remouladensauce TCF V Ei, M, Sen Kartoffelsalat Essig Öl III 4, 6, Sen, Su	Bauerntopf m. Hackfleisch 2, 4, 6, 10, Wz, Sel, Su, 15 Brotkorb Abend 2, Wz, Ro, Ge, Di, M	Rind Sauerbraten Semmerrolle TCF 1, 4, 6, Wz, Sel, Su, 15 Rotkohl TCF I 6, 14, Wz, Su, 15 Semmelknödel 90g CF 2, Wz, Ei
	689,7 kcal 2876,4 kJ 24,4 g 42,3 g 14,1 g 51 g 4,2 g 7,3 g	411,7 kcal 1715,6 kJ 14,6 g 22,3 g 5 g 34,5 g 5,4 g 4,7 g	409,8 kcal 1710,3 kJ 21,3 g 20 g 6,1 g 28,5 g 19,6 g 5,3 g	752,1 kcal 3133,6 kJ 52,1 g 43,1 g 15,6 g 35,4 g 9,2 g 12,4 g	683,2 kcal 2840,6 kJ 27,1 g 41,7 g 4,3 g 47,9 g 6,3 g 6,9 g	451,1 kcal 1887,9 kJ 20,7 g 16,7 g 4,4 g 49,6 g 12,3 g 4,8 g	688,1 kcal 2890,1 kJ 34,8 g 22,2 g 9,3 g 20,6 g 10,3 g 9,3 g
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Ofenschlupfer m. Apfelpompott TCF 4, Wz, Ei, M Vanillesauce TCF I M	Gabelspaghetti m.Ei TCF Wz, Ei Gemüsesauce Wz, M, Sel Eichblattsalat grün Balsamicodressing Essig Öldressing 6, Sen, Su Hartkäse 32% gerieben 10g CF 2, Ei, M	Gemüsestrudel vorgeg.TK 200g CF Wz, Ei, M, Sel Käsesauce GRX 1, Wz, M Gurkensalat Essig Öl & Dill 4, 6, Su	Gemüse Knusperschnitzel TK 1g CF Wz, Di Kräutersauce I Wz, M Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF M Rettichsalat weiß Rohkost	Käsespätzle m. Sahne Emmentaler TCF Wz, Di, Ei, M Eichblattsalat grün Vinaigrette, Essig Öldressing 4, 6, Sel, Su Zwiebelschmelze	Gemüse Eintopf m. Kichererbsen II Sel Brotkorb Abend 2, Wz, Ro, Ge, Di, M	Rind Sauerbraten Semmerrolle TCF 1, 4, 6, Wz, Sel, Su, 15 Romanescogemüse 30/60 TK Eiernudeln Dreili TCF Wz, Ei
	689,5 kcal 2888,5 kJ 22,6 g 30,4 g 17,4 g 80,1 g 49,7 g 2,2 g	598,4 kcal 2482,1 kJ 16,6 g 32,1 g 10,1 g 58,7 g 11,4 g 5,7 g	522 kcal 2185,8 kJ 13,4 g 25 g 7,9 g 54,6 g 9,7 g 4,8 g	334,8 kcal 1400,5 kJ 9,6 g 13,3 g 6,1 g 41,5 g 9,7 g 4,4 g	768,8 kcal 3213 kJ 24 g 43,7 g 17,6 g 67,1 g 5,7 g 6 g	268,1 kcal 1127,5 kJ 9,8 g 3,7 g 775,9 mg 43,9 g 4,6 g 3,8 g	614,6 kcal 2559,9 kJ 30,9 g 19,9 g 8 g 61,3 g 10,7 g 5,1 g
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Apfelringe Apfelkühle geb. TK 33-g CF Wz, M Vanillesauce m. Zimt TCF M	
						768,6 kcal 3226,6 kJ 12,1 g 32,8 g 17,8 g 104,1 g 54,4 g 2,2 g	
Nachtsch Essen auf Rädern	Ananaskompott Stücke CF	Himbeerquark M	Obstsalat TK TCF	Kirschjoghurt 3,5% CF M	Hagebuttenquark M	Erdbeerpudding TCF 1, M	Zitronenmousse m. Sahne TCF M
	69,4 kcal 294,1 kJ 510,6 mg 510,6 mg 102,1 mg 17,4 g 15,3 g 10,2 mg	85,9 kcal 363 kJ 8,4 g 500,7 mg 315,1 mg 10,7 g 10,7 g 77,5 mg	63,1 kcal 267,6 kJ 731,5 mg 206 mg 100,1 mg 13,9 g 13 g 99,2 mg	109,8 kcal 461,2 kJ 3,1 g 2,9 g 1,9 g 17,6 g 16,3 g 130,9 mg	104 kcal 439,6 kJ 9,3 g 1,5 g 961,4 mg 13 g 12,9 g 2,1 g	112,4 kcal 473,3 kJ 2,9 g 3 g 2,1 g 18,4 g 11,8 g 119,9 mg	141,1 kcal 588,2 kJ 2,6 g 9,1 g 6,5 g 11,9 g 9,1 g 89,8 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!