



	Montag 04.10.	Dienstag 05.10.	Mittwoch 06.10.	Donnerstag 07.10.	Freitag 08.10.	Samstag 09.10.	Sonntag 10.10.
Suppe Essen auf Rädern	Eierflockensuppe	Champignoncreme-suppe	Brokkolicreme-suppe	Karottencreme-suppe	Spinatcremesuppe		Eierstichsuppe
	Ei	Wz, M	Wz, M	Wz, M	Wz, M		Ei, M
Vollkost Essen auf Rädern	Apfelstrudel mit Zimtsauce	Saure Kutteln mit Bratkartoffeln und Bohnensalat	Leberkäse mit Paprikasauce, Püree und Bohnensalat	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat	Eier in Senfsauce mit Kartoffeln und Karottensalat	Linteneintopf mit Speck und Brot	Hähnchenbrustroulade mit Sauce, Bohnengemüse und Kartoffeln
	Wz, M	1, 5, 9 Wz	2, 4, 9 Wz, M	4, 6 Wz, Sen, Su	Wz, Ei, M, Sen	2, 4, 10 Wz, Ro, Ge, Di, M, Sel	Wz, Ei
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Haschee mit roten Bohnen, Reis und Blattsalat	Schupfnudeln mit Specksauerkraut	Djuwetschgemüse mit Reis	Gemüselasagne mit Tomatensauce und Blattsalat	Fischroulade mit Dillsauce, Püree und Karottensalat	Kartoffelsuppe mit Fleischwurst und Brot	Hähnchenbrustroulade mit Sauce, Schwarzwurzel-Gemüse und Spätzle
	4, 6 Sel, Su	2, 4, 10 Wz, Ei		4, 6 Wz, Ei, M, Sel, Su	Wz, F, M, Sel	2, 4, 5, 9, 10 Wz, Ro, Ge, Di, M, Sel	Wz, Ei
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Birnensouffle mit Schokosauce	
						Wz, Ei, M	
Nachtsch Essen auf Rädern	Mirabellenkompott	Mandarinenquark	Götterspeise Waldmeister	Kirschjoghurt	Fruchtcocktail	Bananenpudding	Buttermilchspeise
	4	M	1	M	1	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
04.10.2021 bis 10.10.2021, 40. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Suppe Essen auf Rädern	Einlage Eierflocken ^{Ei} Gemüsebrühe klar TCF ^I 38,5 kcal 160 kJ 3,3 g 2,8 g 818,9 mg 174,8 mg 93,1 mg 58 mg	Champignoncremesuppe I ^{Wz, M} 133,6 kcal 554 kJ 3,1 g 10,3 g 4,3 g 6,3 g 2,9 g 3,3 g	Brokkolicremesuppe GRX ^{Wz, M} 138,4 kcal 574,9 kJ 2,9 g 11,8 g 4,8 g 5,3 g 3 g 2,1 g	Karottencremesuppe I ^{Wz, M} 165,5 kcal 684,8 kJ 1,5 g 14,3 g 7,4 g 7,5 g 4,6 g 2,1 g	Spinatcremesuppe I ^{Wz, M} 149,1 kcal 615,4 kJ 2,2 g 13,5 g 6,5 g 4,1 g 1,1 g 1,1 g		Einlage Eierstich CF ^{Ei, M} Gemüsebrühe klar TCF ^I 33,8 kcal 140,8 kJ 2,7 g 2,1 g 769,5 mg 1,1 g 167,2 mg 384 mg	
Vollkost Essen auf Rädern	Apfelstrudelschnitte TK 110g CF ^{Wz} Vanillesauce m. Zimt TCF ^M 571,9 kcal 2403,6 kJ 9,9 g 19,5 g 10 g 86,7 g 41,8 g 1 g	Rind Kutteln sauer II ^{1, 5, Wz} Bratkartoffel Scheiben geg. 0,7cm Bohnensalat CF ⁹ 1821,8 kcal 7611,6 kJ 21,1 g 19,4 g 7,4 g 40,2 g 5 g 4,9 g	Fleischkäse grob CF ^{2, 4} Paprikasauce GRX ^{Wz} Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF ^M Bohnensalat CF ⁹ 434,1 kcal 1821,8 kJ 21,1 g 19,4 g 7,4 g 40,2 g 5 g 4,9 g	Schwein Lachs Schnitzel gebr. TK 1g CF ^{Wz} Kartoffelsalat Essig Öl II ^{4, 6, Sen, Su} 405,9 kcal 1694,1 kJ 13 g 35 g 12,6 g 8,4 g 3,1 g 5,6 g	Ei gekocht geschält S ^{Ei} Senfsahnesauce ^{Wz, M, Sen} Salzkartoffeln Kartoffelviertel Karottensalat Saure Sahne Ananas ^M Einlage Petersilie kraus 571,6 kcal 2386,7 kJ 26 g 30,6 g 2,3 g 48 g 2,7 g 5 g		Linseneintopf II GFX ^{2, 4, 10, Wz, Sel} Brotkorb Abend ^{2, Wz, Ro, Ge, Di, M} 2008 kcal 20,5 g 25,8 g 9,7 g 40,3 g 14,9 g 4,4 g	Hähnchen Roulade Brokkoli TK 160g CF ^{Wz, Ei} Bratensauce KSTG Basis TCF ^I Bohngemüse TK Salzkartoffeln Kartoffelviertel 542,4 kcal 2271,1 kJ 24,8 g 18,9 g 7,9 g 63,1 g 5,2 g 4,6 g
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Rind Chili con carne ^{6, Sel, Su, 15} Langkornreis parboiled Eisbergsalat Vinaigrette, Essig Öldressing ^{4, 6, Sel, Su} 238,1 kcal 997 kJ 10,6 g 11,6 g 3 g 20,4 g 4,3 g 3,7 g	Krautschupfnudeln TCF ^{2, 4, 10, Wz, Ei} Speck ^{2, 4, 10, Wz, Ei} 513 kcal 2149,8 kJ 17,3 g 24 g 9 g 55,4 g 7,3 g 5,8 g	Djuwetschgemüse TCF ^{2, 4, 10, Wz, Ei} Langkornreis parboiled 513 kcal 2149,8 kJ 17,3 g 24 g 9 g 55,4 g 7,3 g 5,8 g	Lasagne Gemüse TK 0,25kg CF ^{Wz, Ei, M, Sel} Tomatensauce II ^{Wz} Eichblattsalat grün Vinaigrette, Essig Öldressing ^{4, 6, Sel, Su} 263,3 kcal 1112,4 kJ 5,7 g 6 g 2,1 g 45,8 g 3,2 g 2,3 g	Fisch Roulade Gemüse MSC TK 1g CF ^{F, Sel} Dillsahnesauce ^{Wz, M} Kartoffelpüree Flocken kaltquellend TCF ^M Karottensalat Saure Sahne Ananas ^M 346,4 kcal 1449,6 kJ 9,1 g 17,2 g 7,2 g 36 g 6,9 g 2,8 g		Kartoffeleintopf I ^{Sel} Brotkorb Abend ^{2, Wz, Ro, Ge, Di, M} Einlage Fleischwurstwürfel CF ^{2, 4, 5, 9, 10, Sel} 263,1 kcal 1094,3 kJ 16,4 g 14,1 g 6,8 g 17 g 11,6 g 4 g	Hähnchen Roulade Brokkoli TK 160g CF ^{Wz, Ei} Bratensauce KSTG Basis TCF ^I Schwarzwurzelmüse TK Spätzle Schmidts CF ^{Wz, Ei} 359 kcal 1492,6 kJ 10,9 g 12,8 g 3,4 g 48,2 g 3,9 g 6,3 g
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Birne Souffle TK 70g CF ^{Wz, Ei, M} Schokosauce TCF ^M 795,7 kcal 3333,7 kJ 18,2 g 35,6 g 16,5 g 96,9 g 30,9 g 863,3 mg		
Nachtsich Essen auf Rädern	Mirabellenkompott CF ⁴ 78,6 kcal 331,9 kJ 204,3 mg 102,1 mg 51,1 mg 18,1 g 16,2 g 51,1 mg	Mandarinenquark CF ^M 120,8 kcal 508,5 kJ 5,7 g 4,2 g 2,9 g 14,3 g 13,1 g 100,7 mg	Waldmeister Götterspeise TCF ¹ 55,3 kcal 235 kJ 1,9 g 11,6 g 11,6 g 14 mg	Kirschjoghurt 3,5% CF ^M 107,7 kcal 454,2 kJ 3,5 g 3 g 2 g 16,6 g 16,5 g 130,9 mg	Fruchtcocktail 4,25Lt ATG 2,5kg CF ¹ 85,9 kcal 364,6 kJ 530 mg 530 mg 106 mg 19,1 g 19,1 g 10,6 mg	Bananenpudding TCF ^M 112,2 kcal 472,7 kJ 2,9 g 3 g 2 g 18,4 g 11,8 g 157,9 mg	Vanille Birnen Buttermilchdessert CF ^M 119,7 kcal 503,7 kJ 3,5 g 3,9 g 2,7 g 17,1 g 16,5 g 159,6 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)