



	Montag 11.10.	Dienstag 12.10.	Mittwoch 13.10.	Donnerstag 14.10.	Freitag 15.10.	Samstag 16.10.	Sonntag 17.10.
Suppe Essen auf Rädern	Gebrannte Grießsuppe	Blumenkohlcreme- suppe	Nudelsuppe (mit Muschelnudeln)	Käsecreme-suppe	Steckrübensuppe		Gemüseklößchen- suppe
	Wz	Wz, M	Wz, Ei	Wz, So, M	Wz, M		5 Wz, Ei, M, Sel
Vollkost Essen auf Rädern	Maultaschenauf- lauf mit Rahmsauce und Blattsalat	Linsen mit Spätzle und Saitenwurst	Putengeschnetzelt es mit Nudeln und Karottensalat	Königsberger Klopse in Kapernsauce, Reis und Rote Beetesalat	Fischstäbchen mit Remoulade und Kartoffelsalat	Graupeneintopf	Kasselerbraten mit Sauce, dazu Rotkraut und Knödel
	1, 4, 6 Wz, Ei, M, Sel, Su	1, 2, 4, 5, 6, 10 Wz, Ei, Sen, Su	1, 6 Wz, M, Su	9 Wz, Ei, M	1, 2, 4, 6, 9 Wz, Ei, F, Sen, Su	Ge, Sel	1, 2, 4, 6, 14 Wz, Ei, Su
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Kirschenmilch mit Vanillesauce	Maccaroni in fruchtiger Tomatensauce mit Blattsalat	Pfannkuchen mit Käse und Lauch mit Karottensalat	Lauchburger mit Sauce und Püree	Rahmspinat mit Rührei und Kartoffeln	Hühnersuppe mit Reis	Kasslerbraten mit Sauce, dazu Romanesco und Eiernudeln
	Wz, Ei, M	6 Wz, Ei, Sen, Su	2, 4, 10 Wz, Ei, M	Wz, Ge, Ei, So, M	Wz, Ei, M	Sel	2, 4 Wz, Ei
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Grießbrei mit Kompott	
						4, 8 Wz, M	
Nachtsich Essen auf Rädern	Pfirsichkompott	Grüne Grütze mit Sahne	Pfirsichquark	Obstsalat Exotik	Heidelbeerjoghurt	Erdbeerpudding	Vanillecreme
		1 M	M		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

11.10.2021 bis 17.10.2021, 41. KW

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Suppe Essen auf Rädern	Grießsuppe gebrannt I ^{Wz}	Blumenkohlcremesuppe I ^{Wz, M}	Einlage Muschelnudeln Fleischsuppe klar TCF	Käsecremesuppe Tessin TCF ^{Wz, So, M}	Steckrübencremesuppe KBI Wz, M		Einlage Gemüseklößchen m.Grieß CF ^{5, Wz, Ei, M, Sel} Gemüsebrühe klar TCF I	
	91,8 kcal 384,2 kJ	142,9 kcal 592,1 kJ	30,8 kcal 129,2 kJ	82,5 kcal 351 kJ	87,3 kcal 364 kJ		103,9 kcal 420,6 kJ	
	2 g	3,1 g	2,5 g	1,1 g	1,9 g		4 g	
	4,4 g	11,6 g	351,1 mg	4,9 g	4,7 g		4,2 g	
	391,7 mg	5,3 g	116,5 mg	3 g	3,3 g		2 g	
	10,6 g	6 g	4,4 g	8,2 g	11 g		11,9 g	
	504,4 mg	3,1 g	97,4 mg	1,6 g	2,3 g		2 g	
	3,2 g	2,1 g	3,7 g	2,1 g	2 g		2,6 g	
Vollkost Essen auf Rädern	Maultaschenauflauf TCF ^{Wz, Ei, M, Sel}	Wiener Würstchen Saiten 70g CF ^{2, 4, 10}	Pute Rahmgeschnetzeltes II 1, 6, Wz, M, Su, 15	Königsberger Klopse ^{Wz, Ei} Kapernsauce ^{Wz, M}	Fischstäbchen MSC TK 4 x 30g CF ^{Wz, F}	Graupeneintopf ^{Ge, Sel}	Schwein Kasseler Nacken o.Kn. ^{2, 4}	
	647,1 kcal 2702,4 kJ	892,7 kcal 3720,7 kJ	500,1 kcal 2096,3 kJ	498 kcal 2095,2 kJ	649,7 kcal 2698,6 kJ		769,6 kcal 3155,7 kJ	
	Rahmsauce TCF ^{1, Wz, M}	Linzen sauer ^{1, 4, 5, 6, Wz, Su}	Jerelli Nudeln TCF ^{Wz}	Langkornreis parboiled	Remouladensauce TCF III ¹		Kümmelsauce TCF	
	Eisbergsalat	Spätzle Schmid's CF ^{Wz, Ei}	Karottensalat Saure Sahne	Rote Beetesalat Streifen	Kartoffelsalat Essig Öl II ^{4, 6, Sen, Su}		Rotkohl TCF II ^{6, 14, Wz, Su, 15}	
	Vinaigrette, Essig Öldressing 4, 6, Sel, Su	Senf mittelscharf CF II ^{Sen}	Ananas ^M	TCF I ⁹			Kartoffel Kloß halb & halb 75g TCF ^{1, 4, 6, Ei, Su}	
	29,4 g	35,8 g	29,1 g	25,7 g	17,2 g		28,4 g	
	35,1 g	53,2 g	14,7 g	19,1 g	44,4 g		16,5 g	
	16 g	20 g	6,8 g	7,9 g	3,6 g		6,5 g	
	52,7 g	62,4 g	59,7 g	54,4 g	43,6 g		114,9 g	
	6,5 g	3,2 g	10,8 g	7,3 g	4,8 g		8,7 g	
8,9 g	11,6 g	6,6 g	7,6 g	5,5 g		14,2 g		
Leichte Vollkost Essen auf Rädern	Kirschenmichel ^{Wz, Ei, M}	Makkaroni m. Ei TCF ^{Wz, Ei}	Pfannkuchen Käse Lauch	Lauchbratling Frikadelle I ^{Wz, Ge, Ei, So}	Rührei TCF ^{Ei, M}	Hähnchen Brust Filet gew.TK 120g	Schwein Kasseler Nacken o.Kn. ^{2, 4}	
	680,7 kcal 2893,8 kJ	492,9 kcal 2064,6 kJ	518 kcal 2167,6 kJ	253,2 kcal 1050,9 kJ	440,1 kcal 1835,4 kJ		502,1 kcal 2088,4 kJ	
	Vanillesauce TCF I ^M	Tomatensauce I ^{Wz}	Speck TK 70g CF ^{2, 4, 10, Wz, Ei, M}	Kräutersauce I ^{Wz, M}	Rahmspinat TK ^{Wz, M}	Geflügel Kraftbrühe TCF ^{Sel}	Kümmelsauce TCF	
		Eichblattsalat grün	Karottensalat Saure Sahne	Kartoffelpüree Flocken	Salzkartoffeln Kartoffelviertel	Einlage Gemüsejulienne TK TK ^{Sel}	Romanescogemüse 30/60	
		Balsamicodressing ^{6, Sen, Su}	Ananas ^M	kaltquellend TCF ^M		Langkornreis parboiled	Eiernudeln Dreili TCF ^{Wz, Ei}	
		19,9 g	10,4 g	17,2 g	5,4 g		30,5 g	
		17,5 g	22,5 g	28,2 g	15,3 g		16,6 g	
		8,7 g	4 g	10,6 g	7,2 g		6 g	
		111 g	60,2 g	46,4 g	21,7 g		54,8 g	
		78,1 g	13,5 g	12,4 g	7,3 g		7,4 g	
	2 g	5,2 g	3,3 g	3,5 g		8,4 g		
vegetarische Kost Essen auf Rädern						Grießbrei I ^{8, Wz, M}		
						Pflaumenkompott 1/2 Frucht CF ⁴	465,1 kcal 1959,7 kJ	
							15,8 g	
							12,7 g	
							8,2 g	
							70,4 g	
							44,6 g	
							609 mg	
Nachtsich Essen auf Rädern	Pfirsichkompott Würfel CF	Grüne Grütze TCF ^{1, M} Sahne geschlagen ^M	Aprikosenquark CF ^M	Obstsalat Exotik TK TCF	Heidelbeerjoghurt 3,5% CF ^M	Erdbeerpudding TCF ^{1, M}	Vanillemosse m. Sahne TCF ^M	
	70,5 kcal 300,2 kJ	149,5 kcal 625,7 kJ	104,7 kcal 438 kJ	63,1 kcal 267,7 kJ	108,8 kcal 458,2 kJ		147 kcal 612,6 kJ	
	714,9 mg	734,7 mg	6,5 g	732,6 mg	3,1 g		2,7 g	
	255,3 mg	7,6 g	3,7 g	209,3 mg	2,8 g		10,1 g	
	51,1 mg	5,2 g	2,5 g	101,7 mg	1,9 g		7,2 g	
	15,3 g	19,1 g	11,1 g	13,9 g	17,6 g		11,4 g	
	15,3 g	14,3 g	10,1 g	13 g	16,3 g		9 g	
	5,1 mg	23,2 mg	80,6 mg	99,3 mg	130,9 mg		130,4 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!