Caritas Mahlzeitendienst **KW11 09.03.2026 - 15.03.2026**

Kunde:

Wohnort:

Telefon:

Information und Bestellung: Tel. 0281 – 163670-60 (Montag bis Freitag 9 - 11 Uhr) **mahlzeitendienst@caritas-voerde.de**

	9,20 € **Menü 1** Silber Mini 8,70 €	**Menü 2** 9,20 € Blau	**Menü 3** 9,20 € Salate	**Menü 4** 9,20 € Vegetarisch	**Menü 5** 9,20 € Lila	**Menü 6** 9,20 € Diabetiker / auch passiert
Mo 09.03	**Sauerkraut-Eintopf** mit Kassler kJ: 1312 kcal: 314KH: 33,2 BE: Fett: 12,4 ZS: 1,3,6,13a	**Schaschlik-Gulasch** mit Nudeln und Salat kJ: 1571 kcal: 376KH: 27,8 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,5,7,13a,16,20	**Salatplatte*** mit Thunfisch Dressing kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	**Spaghetti "Funghi"*** mit Champignonsoße kJ: 2445 kcal: 495KH: 92,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16	**Putengeschnetzeltes*** mit Mais und Zwiebeln dazu Reis kJ: 1440 kcal: 350KH: 38,2 BE: Fett: 20,7 ZS: 5,7,13a,16	**Sauerkraut-Eintopf** mit Kassler kJ: 1312 kcal: 314KH: 31,6 BE: 3,5 Fett: 10,4 ZS: 1,3,6,13a,
Di 10.03	**Hähnchenschnitzel*** mit Sauce Bernaise dazu Kartoffeln und Erbsen kJ: 2232 kcal: 533KH: 28,6 BE: Fett: 23,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	**Rinderbraten*** in Zwiebel-Sahne-Soße Blumenkohl Kartoffeln kJ: 1465 kcal: 350KH: 32,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,13a ,16	**Hirtensalat** mit Hackbällchen und Schafskäse Dressing kJ: 1143 kcal: 473KH: 11,1 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,13a,16,20	**Veget. Bolognese*** mit Spaghetti kJ: 1914 kcal: 445KH: 65,4 BE: Fett: 26,4 ZS: 7,13a, 16,19	**Milchreis*** mit Apfel-Kompott kJ: 1948 kcal: 458KH: 38,3 BE: Fett: 20,3 ZS: 2,7,10,13,16,19,22	**Hähnchenschnitzel** mit Sauce Bernaise Kartoffeln und Erbsen kJ: 2215 kcal: 529KH: 26,5 BE: 3,0 Fett: 16,8 ZS: 2,3,,5,10,13a,16,20
Mi 11.03	**Hackfleischpfanne** mit Paprika und Pilzen Nudeln kJ: 2709 kcal: 647KH: 71,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	**Frische Bratwurst** mit Rahm-Kohlrabi und Kartoffeln kJ: 2296 kcal: 549KH: 31,0 BE: Fett: 28,7 ZS: 6,13a,16,	**Salatplatte Hawaii** mit Schinken und Ananas dazu Dressing kJ: 1535 kcal: 368KH: 10,0 BE: Fett: 13,0 ZS: 2,7,13a,16,20	**Kaiserschmarrn** mit Vanillesoße kJ: 2596 kcal: 620KH: 86,6 BE: Fett: 19,7 ZS: 2,7,10,13a,16	**Nudel-Auflauf*** mit Käse überbacken kJ: 2278 kcal: 498KH: 59,7 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,7,10,13a,16	**Frische Bratwurst** mit Kohlrabi und Kartoffeln kJ: 2250 kcal: 538KH: 28,5 BE: 2,5 Fett: 21,2 ZS: 6,13a,16
Do 12.03	**Hähnchenbrust*** mit Asiagemüse Kokos-Currysoße und Reis kJ: 2028 kcal: 485KH: 42,5 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,5,7,13 a,16, 19,20	**Fleischkäse** mit Sauerkraut und Kartoffelpüree kJ: 2351 kcal: 561KH: 25,9 BE: Fett: 44,6 ZS: 2,3,5,6,7,13a,16,20	**Salatplatte** mit gef. Schinkenröllchen und Dressing kJ: 1419 kcal: 473KH: 20,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 6,7,13a,,16,20	**3 Kartoffelrösti*** mit buntem Gemüse und Käsesoße kJ: 2167 kcal: 517KH: 61,4 BE: Fett: 24,1 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	**Frikadelle** mit Lauchzwiebelsoße und Püree kJ: 2278 kcal: 478KH: 25,3 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,3,7,10,13a,16,19,20	**Hähnchenbrust*** mit Asiagemüse Kokos-Currysoße und Reis kJ: 2016 kcal: 482KH: 35,2 BE: 3,0 Fett: 19,8 ZS: 2,5,7,13a,16,20
Fr 13.03	**Pan. Fischfilet*** mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln kJ: 1946 kcal: 465KH: 26,7 BE: Fett: 35,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19	**Kohlroulade** mit Specksoße dazu Püree kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20	**Hähnchenschnitzel*** mit Nudelsalat kJ: 2561 kcal: 615KH: 61,0 BE: Fett: 26,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	**Ged. Gemüse*** mit Kartoffeln und Sauce Hollandaise kJ: 1886 kcal: 451KH: 39,2 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,5,10,13a,16	**Chili con carne** dazu Reis kJ: 1554 kcal: 371KH: 31,5 BE: Fett: 17,5 ZS: 2,5,13a,16,19,20	**Fischfilet natur*** mit Senfsoße mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 1968 kcal: 448KH: 22,9 BE: 3,0 Fett: 14,5 ZS: 7,12,13a,16,20
Sa 14.03	**Bunter Gemüsetopf*** mit Geflügelfleischbällchen kJ: 1985 kcal: 421KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 6,10,,13a,16,19	**Mettwurst** auf Wirsinggemüse dazu Püree kJ: 2679 kcal: 641KH: 38,9 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,3,4,5,6,7,13a,16,20	Bestellungen für den Mahlzeitendienst des Caritasverbandes für die Dekanate Dinslaken und Wesel			**Bunter Gemüsetopf*** mit Geflügelfleischbällchen kJ: 1526 kcal: 348KH: 22,0 BE: 2,0 Fett: 18,0 ZS: 6,10,13a,16,19
So 15.03	**Bratwurst** mit buntem Gemüse und Kartoffeln kJ: 2322 kcal: 526KH: 32,8 BE: Fett: 22,5 ZS: ,6,7,13a,16,	**Hähnchengeschnetzeltes*** in Käsesahnesoße dazu Spätzle kJ: 2460 kcal: 535KH: 24,5 BE: Fett: 29,3 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20				**Bratwurst** mit buntem Gemüse und Kartoffeln kJ: 2150 kcal: 514KH: 25,4 BE: 2,5 Fett: 20,6 ZS: ,6,13a,16,20

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwefelt, 5 Geschmacksverstärker, 6 Phosphat, 7 Süßungsmittel, 10 Eier, 11 Erdnüsse, 12 Fisch, 13 Gluten (a=Weizen, b=Roggen, c=Gerste, d=Hafer, e=Dinkel, f=Kamut), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekan, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Broteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. *= ohne Schweinefleisch

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jodiertem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohkartoffeln vom Hersteller geschwefelt.

Caritas Mahlzeitendienst **KW12 16.03.2026 - 22.03.2026**

Kunde:

Wohnort:

Telefon:

Information und Bestellung: Tel. 0281 - 163670-60 (Montag bis Freitag 9 - 11 Uhr) **mahlzeitendienst@caritas-voerde.de**

	9,20 € **Menü 1** Silber Mini 8,70 €	**Menü 2** Blau 9,20 €	**Menü 3** Salate 9,20 €	**Menü 4** Vegetarisch 9,20 €	**Menü 5** Lila 9,20 €	**Menü 6** Diabetiker / auch passiert 9,20 €
Mo 16.03	**Serbische Bohnensuppe** mit Bockwurst kJ: 2422 kcal: 511KH: 28,7 BE: Fett: 26,8 ZS: 6,,13a,16	**Hähnchenschnitzel*** mit Rahmsoße Gemüse und Püree kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,7 BE: Fett: 31,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	**Fitnessteller*** mit Schafskäse und Dressing kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	**Kaiserschmarrn*** mit Vanillsoße kJ: 2596 kcal: 620KH: 86,6 BE: Fett: 19,6 ZS: 2,7,10,13a, 16,19	**Hähnchen-Gyros*** mit Reis und Tomatensoße kJ: 2073 kcal: 496KH: 27,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 7,13a,16	**Hähnchenschnitzel** mit Rahmsoße Gemüse und Püree kJ: 2125 kcal: 508KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 23,6 ZS: 2,34,,5,6,7,10,13a,16
Di 17.03	**Hacksteak** mit Champignon-Speck-Rahm dazu Kräuterpüree kJ: 2479 kcal: 592KH: 72,7 BE: Fett: 38,2 ZS: 23,4,5,7,10,13a,16,	**Putenbraten*** in Zwiebelsoße dazu Rösti kJ: 2150 kcal: 498KH: 35,4 BE: Fett: 22,0 ZS: 10,13a,16,	**Bunter Salat** mit Hähnchenbrust dazu Dressing kJ: 1654 kcal: 395KH: 25,7 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,10,13a,16, 20	**Kohlrabi-Eintopf*** mit Gartengemüse und Kartoffeln kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,7,13,16,	**Milchreis*** mit heißen Kirschen kJ: 1880 kcal: 442KH: 33,5 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,7,13a,16	**Kohlrabi-Eintopf** mit Gartengemüse und Kartoffeln kJ: 2022 kcal: 498KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 7,0 ZS: 2,7,13a,16
Mi 18.03	**Hähnchenkeule*** mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 2180 kcal: 521KH: 25,8 BE: Fett: 21,2 ZS: 7,10,13a,16	**Kassler auf** Rahmwirsing dazu Püree kJ: 2340 kcal: 560KH: 42,1 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,	**Schlemmersalat** mit Schinken und Ei und Dressing kJ: 1536 kcal: 367KH: 15,7 BE: Fett: 16,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	**Eier*** Königsberger-Art mit Püree kJ: 2161 kcal: 570KH: 34,4 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,7,13a,16,19,20	**Reibekuchen*** mit Apfelmus kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 33,8 ZS: 1,3,4,7,10,13a,19,20	**Hähnchenkeule*** mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 2160 kcal: 516KH: 23,6 BE: 3,0 Fett: 20,8 ZS: 7,10,13a,16
Do 19.03	**Gefüllte Paprikaschote** mit Tomatensoße und Butterreis kJ: 2089 kcal: 499KH: 32,2 BE: Fett: 13,2 ZS: 7,13a,16	**Rheinischer Sauerbraten*** mit Nudeln und Apfelmus kJ: 2561 kcal: 612KH: 85,5 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,5,7,13a,16,20	**Bunter Reissalat*** mit Hähnchennuggets kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,4 BE: Fett: 11,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	**Ratatouille-Gemüse*** mit Reis kJ: 1012 kcal: 354KH: 36,8 BE: Fett: 19,2 ZS: 5,7,10,13a,16,19,21,22	**Lasagne Bolognese *** mit Tomatensoße kJ: 2506 kcal: 599KH: 53,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,60	**Gefüllte Paprikaschote** mit Tomatensoße und Butterreis kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a
Fr 20.03	**Pan. Fischfilet*** mit Dillsoße dazu Broccoli und Kartoffeln kJ: 2451 kcal: 586KH: 37,2 BE: Fett: 25,0 ZS: 2,7,10,12,13a,16,	**Schweinebraten** mit Rahmsoße Mischgemüse Salzkartoffeln kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 13a,16,20	**Sunny-Surprise*** Salat mit Pfirsich und Pute dazu Dressing kJ: 1457 kcal: 348KH: 13,3 BE: Fett: 12,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	**Pfannkuchen*** mit Fruchtkompott kJ: 1842 kcal: 415KH: 37,2 BE: Fett: 42,7 ZS: 7,10,13a,16,	**Tortellini** mit Fleischfüllung Tomaten-Kräutersoße Salat kJ: 2110 kcal: 504KH: 62,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,10,13a,16	**Schweinebraten** mit Mischgemüse und Kartoffeln kJ: 2095 kcal: 498KH: 25,0 BE: 3,0 Fett: 23,2 ZS: 13a,16,20,
Sa 21.03	**Möhreneintopf** mit Bockwurst kJ: 892 kcal: 213KH: 12,9 BE: Fett: 22,0 ZS: 6,13a,16,	**Geflügel-Kräuterbällchen*** in würziger Currysoße dazu Mischgemüse und Reis kJ: 2642 kcal: 680KH: 62,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 6,7,10,13a,16,20	**Bestellungen für den Mahlzeitendienst des Caritasverbandes für die Dekanate Dinslaken und Wesel**			**Möhreneintopf** mit Bockwurst kJ: 880 kcal: 211KH: 10,2 BE: 3,0 Fett: 18,0 ZS: 6,13a,16,19,20
So 22.03	**Hähnchenbrust*** mit Soße Gemüse und Kartoffeln kJ: 2491 kcal: 595KH: 23,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 13a,16,	**Schweinegulasch** buntes Gemüse und Kartoffeln kJ: 1809 kcal: 432KH: 34,5 BE: Fett: 22,8 ZS: 13a,16,				**Schweinegulasch** mit buntem Gemüse und Kartoffeln kJ: 1800 kcal: 430KH: 29,4 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 13a,16.

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwefelt, 5 Geschmacksverstärker, 6 Phosphat, 7 Süßungsmittel, 10 Eier, 11 Erdnüsse, 12 Fisch, 13 Gluten (a=Weizen, b=Roggen, c=Gerste, d=Hafer, e=Dinkel, f=Kamut), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekan, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Broteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. *= ohne Schweinefleisch

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jodiertem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohkartoffeln vom Hersteller geschwefelt.