

Kunde:
Wohnort:
Telefon:

Information und Bestellung: Tel. 0281 – 163670-60 (Montag bis Freitag 9 - 11 Uhr)

mahlzeitendienst@caritas-voerde.de

	7,20 € Menü 1 Silber Mini 6,70 €	7,20 € Menü 2 Blau	7,20 € Menü 3 Salate	7,20 € Menü 4 Vegetarisch	7,20 € Menü 5 Lila	7,20 € Menü 6 Diabetiker / auch passiert	
Mo 13.01	Kartoffel-Möhren-Lauch- Eintopf mit Hackfleischinlage k.J: 1613 kcal: 386KH: 39,3 BE: Fett: 22,4 ZS: 13a	Schaschlik-Gulasch mit Nudeln und Salat k.J: 1571 kcal: 376KH: 27,8 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,5,7,13a,16,20	Salatplatte* mit Thunfisch Dressing k.J: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	Spaghetti "Funghi"* mit Champignonsoße k.J: 2445 kcal: 495KH: 92,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16	Putengeschnetzeltes* mit Mais und Zwiebeln dazu Reis k.J: 1440 kcal: 350KH: 38,2 BE: Fett: 20,7 ZS: 5,7,13a,16	Putengeschnetzeltes* mit Mais und Zwiebeln dazu Reis k.J: 1430 kcal: 340KH: 29,6 BE: 3,5 Fett: 17,4 ZS: 5,7,13a,16	
Di 14.01	Hähnchenschnitzel* mit Sauce Bernaise dazu Kartoffeln und Erbsen k.J: 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 k.J: 1465 kcal: 350KH: 32,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,13a,16	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse Dressing k.J: 1143 kcal: 473KH: 11,1 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,13a,16,20	Veget. Bolognese* mit Spaghetti k.J: 1914 kcal: 445KH: 65,4 BE: Fett: 26,4 ZS: 7,13a,16,19	Milchreis* mit Apfel-Kompott k.J: 1948 kcal: 458KH: 38,3 BE: Fett: 20,3 ZS: 2,7,10,13,16,19,22	Hähnchenschnitzel mit Sauce Bernaise Kartoffeln und Erbsen k.J: 2215 kcal: 529KH: 26,5 BE: 3,0 Fett: 16,8 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	
Mi 15.01	Hackfleischpfanne mit Paprika und Pilzen Nudeln k.J: 2709 kcal: 647KH: 71,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	Putenbraten* mit Rahm-Kohlrabi und Kartoffeln k.J: 2096 kcal: 485KH: 31,0 BE: Fett: 20,7 ZS: 13a,16	Salatplatte Hawaii mit Schinken und Ananas dazu Dressing k.J: 1535 kcal: 368KH: 10,0 BE: Fett: 13,0 ZS: 2,7,13a,16,20	Veg. Möhreintopf k.J: 887 kcal: 288KH: 18,6 BE: Fett: 12,7 ZS: 13a,19	Makkaroni-Auflauf mit Käse überbacken k.J: 2278 kcal: 498KH: 59,7 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,7,10,13a,16	Putenbraten* mit Kohlrabi und Kartoffeln k.J: 2056 kcal: 476KH: 22,5 BE: 2,5 Fett: 11,2 ZS: 13a,16	
Do 16.01	Hähnchenbrust* mit Asiagemüse Kokos-Currysoße und Reis k.J: 2028 kcal: 459KH: 22,5 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,3,5,7,10,13 a,16, 19,20	Krustenbraten mit Sauerkraut und Kartoffelpüree k.J: 2351 kcal: 561KH: 25,9 BE: Fett: 44,6 ZS: 2,3,5,6,7,13a,16,20	Salatplatte mit gef. Schinkenröllchen und Dressing k.J: 1419 kcal: 473KH: 20,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 6,7,13a,16,20	Veg. Tortellini* mit fruchtiger Tomatensoße k.J: 2753 kcal: 565KH: 100,3 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,2,7,10,13a,19	Frikadelle mit Lauchzwiebelsoße und Püree k.J: 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 k.J: 2017 kcal: 436KH: 18,2 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,20	
Fr 17.01	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln k.J: 1946 kcal: 465KH: 26,7 BE: Fett: 35,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19	Kohlroulade mit Specksoße dazu Püree k.J: 2479 kcal: 592KH: 26,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20	Hähnchenschnitzel* mit Nudelsalat k.J: 2561 kcal: 615KH: 61,0 BE: Fett: 26,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Ged. Gemüse* mit Sauce Hollandaise k.J: 1686 kcal: 403KH: 39,2 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,5,10,13a,16	Chili con carne dazu Reis k.J: 1554 kcal: 371KH: 31,5 BE: Fett: 17,5 ZS: 2,5,13a,16,19,20	Fischfilet natur* mit Senfsoße mit Gemüse und Kartoffeln k.J: 1968 kcal: 448KH: 22,9 BE: 3,0 Fett: 14,5 ZS: 7,12,13a,16,20	
Sa 18.01	Bunter Gemüsetopf* mit Rindfleischinlage k.J: 1985 kcal: 421KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 13a,16,20	Mettwurst auf Wirsinggemüse und Püree k.J: 2679 kcal: 641KH: 35,9 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16,20	Bestellungen für den Mahlzeitendienst des Caritasverbandes für die Dekanate Dinslaken und Wesel				Bunter Gemüsetopf mit Rindfleischinlage k.J: 1526 kcal: 348KH: 25,0 BE: 2,0 Fett: 18,0 ZS: 13a,16,20
So 19.01	Bratwurst mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln k.J: 2174 kcal: 542KH: 27,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 6,10,13a,16,20	Hähnchengeschnetzeltes* in Käse-Sahnesoße und Spätzle k.J: 2480 kcal: 535KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,4,10,13a,16					Bratwurst mit buntem Gemüse Salzkartoffeln k.J: 2150 kcal: 440KH: 28,5 BE: 2,5 Fett: 15,6 ZS: 6,10,13a,16

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

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoffe, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwefelt, 5 Geschmacksverstärker, 6 Phosphat, 7 Süßungsmittel, 10 Eier, 11 Erdnüsse, 12 Fisch, 13 Gluten (a=Walzen, 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=Pekán, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Proteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. * = ohne Schweinefleisch

Kunde:
Wohnort:
Telefon:

Information und Bestellung: Tel. 0281 - 163670-60 (Montag bis Freitag 9 - 11 Uhr)

mahlzeitendienst@caritas-voerde.de

	7,20 € Menü 1 Silber Mini 6,70 €	7,20 € Menü 2 Blau	7,20 € Menü 3 Salate	7,20 € Menü 4 Vegetarisch	7,20 € Menü 5 Lila	7,20 € Menü 6 Diabetiker / auch passiert	
Mo 20.01	Serbische Bohnensuppe mit Bockwurst <small>kJ: 2422 kcal: 511KH: 28,2 BE: Fett: 26,6 ZS: 3,5,6,13a,16</small>	Hähnchenschnitzel* mit Rahmsoße Kaisergemüse und Püree <small>kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,7 BE: Fett: 31,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16</small>	Fitnesssteller* mit Schafskäse und Dressing <small>kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20</small>	Nudeln* mit Linsenbolognese <small>kJ: 1499 kcal: 765KH: 86,6 BE: Fett: 9,6 ZS: 13a, 16,19</small>	Gyros mit Reis und Tomatensoße <small>kJ: 2073 kcal: 496KH: 27,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 7,13a,16</small>	Serbische Bohnensuppe mit Bockwurst <small>kJ: 1942 kcal: 345KH: 22,4 BE: 3,0 Fett: 23,6 ZS: 3,5,6,13a,16</small>	
Di 21.01	Hacksteak mit Champignon-Speck-Rahm und Kräuterpüree <small>kJ: 2479 kcal: 592KH: 72,7 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16</small>	Putenbraten* in Zwiebelsoße dazu Rösti <small>kJ: 2150 kcal: 498KH: 35,4 BE: Fett: 22,0 ZS: 10,13a,16</small>	Schlemmersalat mit Schinken und Ei dazu Dressing <small>kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,4 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,10,13a,16, 20</small>	Kohlrabi-Eintopf* mit Gartengemüse und Kartoffeln <small>kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,7,13,16</small>	Milchreis* mit heißen Kirschen <small>kJ: 1880 kcal: 442KH: 33,5 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,7,13a,16</small>	Kohlrabi-Eintopf mit Gartengemüse und Kartoffeln <small>kJ: 2022 kcal: 498KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 7,0 ZS: 2,7,13a,16</small>	
Mi 22.01	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln <small>kJ: 2289 kcal: 515KH: 55,8 BE: Fett: 27,2 ZS: 7,10,13a,16</small>	Kassler auf Rahmwirsing dazu Püree <small>kJ: 3516 kcal: 840KH: 45,1 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16</small>	Bunter Salat* mit Hähnchenbrust und Dressing <small>kJ: 1654 kcal: 395KH: 25,7 BE: Fett: 11,4 ZS: 7,13a,16,20</small>	Eier* Königsberger-Art mit Püree <small>kJ: 2161 kcal: 570KH: 34,4 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,7,13a,16,19,20</small>	Reibekuchen mit Apfelmus <small>kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 33,8 ZS: 1,3,4,7,10,13a,19,20</small>	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln <small>kJ: 2108 kcal: 485KH: 28,6 BE: 3,0 Fett: 25,8 ZS: 7,10,13a,16</small>	
Do 23.01	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis <small>kJ: 2089 kcal: 499KH: 32,2 BE: Fett: 13,2 ZS: 7,13a,16</small>	Rheinischer Sauerbraten* mit Nudeln und Apfelmus <small>kJ: 2561 kcal: 612KH: 85,5 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,5,7,13a,16,20</small>	Bunter Reissalat* mit Hähnchennuggets <small>kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,4 BE: Fett: 11,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20</small>	Ratatouille-Gemüse* mit Reis <small>kJ: 1012 kcal: 354KH: 36,8 BE: Fett: 19,2 ZS: 5,7,10,13a,16,19,21,22</small>	Pfannkuchen * mit Fruchtkompott <small>kJ: 1842 kcal: 415KH: 37,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,20</small>	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis <small>kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a</small>	
Fr 24.01	Heringsstipp* "Hausgemacht" Kartoffeln <small>kJ: 1987 kcal: 465KH: 41,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 1,7,12,13a,16</small>	Schweinebraten mit Rahmsoße Mischgemüse Salzkartoffeln <small>kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 13a,16,20</small>	Sunny-Surprise* Salat mit Pfirsich und Pute dazu Dressing <small>kJ: 1457 kcal: 348KH: 13,3 BE: Fett: 12,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20</small>	Gemüseröstling* mit Tomaten-Kräutersoße und Reis <small>kJ: 2290 kcal: 547KH: 69,5 BE: Fett: 42,7 ZS: 10,13a,16,23</small>	Tortellini mit Fleischfüllung Tomaten-Kräutersoße Salat <small>kJ: 2110 kcal: 504KH: 62,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,10,13a,16</small>	Schweinebraten mit Mischgemüse und Kartoffeln <small>kJ: 2095 kcal: 498KH: 25,0 BE: 3,0 Fett: 23,2 ZS: 13a,16,20</small>	
Sa 25.01	Möhreneintopf mit Frikadelle <small>kJ: 2406 kcal: 575KH: 46,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 10,13a,16,19,20</small>	Rinderragout mit Lauch und Champignons in Rotweinsoße dazu Spätzle <small>kJ: 2307 kcal: 550KH: 51,0 BE: Fett: 29,4 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20</small>	Bestellungen für den Mahlzeitendienst des Caritasverbandes für die Dekanate Dinslaken und Wesel				Möhreneintopf mit Frikadelle <small>kJ: 2320 kcal: 555KH: 34,2 BE: 3,0 Fett: 26,5 ZS: 10,13a,16,19,20</small>
So 26.01	Rinderbraten* mit Bratensoße Gemüse Salzkartoffeln <small>kJ: 2691 kcal: 404KH: 17,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,13a,19,20</small>	Schweinegulasch Buntes Gemüse und Kartoffeln <small>kJ: 1809 kcal: 432KH: 36,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 13a,16, 19,20</small>					Schweinegulasch Buntes Gemüse und Kartoffeln <small>kJ: 1800 kcal: 418KH: 25,6 BE: 3,0 Fett: 19,2 ZS: 13a,19,20</small>

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

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=Korn), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekán, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Proteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. * = ohne Schweinefleisch