

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 €	9,20 € 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
Mo 20.10	Kartoffel-Möhren-Lauch- Eintopf mit Hackfleischinlage kJ: 1613 kcal: 386KH: 39,3 BE: Fett: 22,4 ZS: 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	Putengeschnetzeltes* mit Mais und Zwiebeln dazu Reis kJ: 1430 kcal: 340KH: 29,6 BE: 3,5 Fett: 17,4 ZS: 5,7,13a,16
Di 21.10	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 22.10	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	Veg. Möhreneintopf kJ: 887 kcal: 288KH: 18,6 BE: Fett: 12,7 ZS: 13a,19	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 23.10	Hähnchenbrust* mit Asiagemüse Kokos-Currysoße und Reis kJ: 2028 kcal: 459KH: 22,5 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,3,5,7,10,13 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	Veg. Tortellini* mit fruchtiger Tomatensoße kJ: 2753 kcal: 565KH: 100,3 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,2,7,10,13a,19	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: 2017 kcal: 436KH: 18,2 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,20
Fr 24.10	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 Sauce Hollandaise kJ: 1686 kcal: 403KH: 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 25.10	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: 36,9 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,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 26.10	Bratwurst mit buntem Gemüse und Kartoffeln kJ: 2323 kcal: 526KH: 32,8 BE: Fett: 22,5 ZS: 6,3a,16,20	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=Korn), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekun, 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=Kalorien, 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.

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 €	9,20 € 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
Mo 27.10	Serbische Bohnensuppe mit Bockwurst kJ: 2422 kcal: 511KH: 28,7 BE: Fett: 26,8 ZS: 6,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Rahmsoße Kaisergemüse und Püree kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,7 BE: Fett: 31,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	Fitnesssteller* 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	Gyros mit Reis und Tomatensoße kJ: 2073 kcal: 496KH: 27,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 7,13a,16	Hähnchenschnitzel mit Rahmsoße Kaisergemüse und Püree kJ: 2125 kcal: 508KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 23,6 ZS: 2,34,5,6,7,10,13a,16
Di 28.10	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 29.10	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln kJ: 2289 kcal: 515KH: 55,8 BE: Fett: 27,2 ZS: 7,10,13a,16	Kassler auf Rahmwirsing dazu Püree kJ: 3516 kcal: 840KH: 45,1 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	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln kJ: 2108 kcal: 485KH: 28,6 BE: 3,0 Fett: 25,8 ZS: 7,10,13a,16
Do 30.10	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 31.10	Pan. Fischilet* 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: 26,1 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 01.11	Möhreneintopf mit Bockwurst kJ: 892 kcal: 213KH: 12,9 BE: Fett: 22,6 ZS: 6,13a,16,19,20	Geflügel-Kräuterbällchen in würziger Currysoße dazu Mischgemüse und Reis kJ: 2842 kcal: 680KH: 62,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 5,7,10,13a,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 02.11	Rinderbraten* mit Bratensoße Gemüse und Kartoffeln kJ: 2691 kcal: 643KH: 27,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 13a,16,20	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=Pekun, 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=Kalorien, KH=Kohlenhydrate. * = ohne Schweinefleisch

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