

# Menüservice "Essen auf Rädern"

**Deutsches Rotes Kreuz Kelkheim e.V. Alte Schulstraße**  
**8 Tel.: 06195 - 99 39 - 0**

**Abgabe Mittwoch**  
**29.04.26**

Name \_\_\_\_\_  
 Tour \_\_\_\_\_

KW	1 Herzhaft Lecker	2 Fleischlos lecker	3 Süßer Genuss	4 Salatteller
<b>19</b>	<b>9,80 €</b>	<b>9,80 €</b>	<b>9,80 €</b>	<b>8,80 €</b>
<b>Mo</b> <b>4.5</b>	Ungarisches Rindergulasch Nudeln Fusilli Bio <sup>a</sup> Bohnensalat <sup>4,1</sup> Zimtpflaumengrütze	Grillkäse <sup>a, g</sup> Tomaten-Paprikaquark <sup>3, g, 6, 12</sup> Linsengemüse <sup>i</sup> Zimtpflaumengrütze	Pancake <sup>a, aW, c, g, 6</sup> Sauerkirschsoße Zimtpflaumengrütze	Salatteller -Thunfisch <sup>c, d, g, 12</sup> Dressing French <sup>g, 6</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Zimtpflaumengrütze
	13,7 g F 59,6 g K 24,7 g E 476,3 kcal	31,7 g F 99 g K 49,7 g E 906,8 kcal	16,2 g F 94,2 g K 14,4 g E 588,2 kcal	44,3 g F 66,9 g K 32,9 g E 777,8 kcal
<b>Di</b> <b>5.5</b>	Geflügelbratwurst Geflügelsoße Sauerkraut Dampfkartoffeln Vanillequark <sup>2, g, 6</sup>	Currygeschnetzeltes <sup>f</sup> Reis Blattsalat - Mix Dressing French <sup>g, 6</sup> Vanillequark <sup>2, g, 6</sup>	Apfellsagne <sup>a, aW, g, 6</sup> Vanillesoße <sup>g, 6</sup> Vanillequark <sup>2, g, 6</sup>	Salatteller mit Mozzarella <sup>3, g, 6</sup> Kräutercreme Dressing <sup>4, j, 1</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Vanillequark <sup>2, g, 6</sup>
	30,2 g F 41,5 g K 20,7 g E 531 kcal	18,1 g F 78 g K 16,2 g E 548,9 kcal	16,1 g F 132,3 g K 21,8 g E 774,9 kcal	13 g F 51,5 g K 15,4 g E 399,6 kcal
<b>Mi</b> <b>6.5</b>	Kohlroulade <sup>a, aW</sup> Specksoße <sup>4, 5</sup> Kartoffelpüree <sup>2, g, 6</sup> Wachsbohnenalat <sup>4, 1</sup> Birnenquark <sup>g</sup>	Gemüseschnitzel <sup>a, aH, aW</sup> Zwiebelsoße <sup>2, 4, 1</sup> Salzkartoffeln Wachsbohnenalat <sup>4, 1</sup> Birnenquark <sup>g</sup>	Germknödel-Pflaume <sup>a, aW</sup> Vanillemohnsoße <sup>g, 6</sup> Birnenquark <sup>g</sup>	Salatteller mit Feta <sup>g</sup> 1000island Dressing <sup>2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Birnenquark <sup>g</sup>
	21,3 g F 51,3 g K 22,5 g E 501,1 kcal	19,2 g F 86,4 g K 17,9 g E 611,7 kcal	29,4 g F 69,8 g K 17,4 g E 616,7 kcal	10,2 g F 42,5 g K 10,3 g E 309,6 kcal
<b>Do</b> <b>7.5</b>	Hähnchenbrust Geflügelsoße mit Kräutern <sup>2, 4, 1</sup> Karotten Rustica <sup>2</sup> Kartoffelpätzle <sup>a, aW, c</sup> Karamellpudding <sup>g, 6</sup>	Tortelloni Tricolore <sup>2, a, aW, c, g, 6</sup> Käsesoße <sup>2, 5, a, aW, c, g, 6</sup> Karottensalat natur Karamellpudding <sup>g, 6</sup>	Apfelmus <sup>4</sup> Kartoffelpuffer <sup>a, aW, c</sup> Karamellpudding <sup>g, 6</sup>	Salatteller mit Ei <sup>c, g, 6, 12</sup> Joghurtdressing <sup>2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Karamellpudding <sup>g, 6</sup>
	16,6 g F 64,3 g K 34,5 g E 551,1 kcal	33,5 g F 97,3 g K 33,9 g E 842,8 kcal	35,5 g F 82,8 g K 11 g E 704 kcal	22,5 g F 52,3 g K 21,6 g E 509,2 kcal
<b>Fr</b> <b>8.5</b>	Paniertes Fischfilet <sup>1, a, aW, c, d, g, j, 6</sup> Kartoffel-Gurken-Salat <sup>j</sup> Senf-Dill-Remoulade <sup>2, 3, 4, c, g, j, 6, 12</sup> Aprikosenquark <sup>g, 6</sup>	Rührei <sup>c, g, 1</sup> Rahmspinat <sup>g, 6</sup> Salzkartoffeln Aprikosenquark <sup>g, 6</sup>	Zwetschgenmaultaschen <sup>a, c, g, 6</sup> Zimtsoße <sup>g, 6</sup> Aprikosenquark <sup>g, 6</sup>	Salatteller gemischt <sup>4, g, 6</sup> Kräuterdressing <sup>4, j, 1</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Aprikosenquark <sup>g, 6</sup>
	47,5 g F 46,7 g K 24,3 g E 722,9 kcal	24,2 g F 41,1 g K 26,5 g E 498 kcal	14,7 g F 41,3 g K 27,8 g E 410,6 kcal	26,8 g F 50,6 g K 19,7 g E 533,2 kcal
<b>Sa</b> <b>9.5</b>	Kartoffeleintopf <sup>2, i</sup> Mini Wiener Würstchen <sup>5, i, j</sup> (mS)	Blumenkohl-Brokkoli-Gratin <sup>c, g, 6</sup> Bärlauchsoße <sup>a, aW, g, 6</sup> Schwenkkartoffeln	Apfelstrudel <sup>a, aW, c</sup> Vanillesoße <sup>g, 6</sup>	
	18,7 g F 26,7 g K 13,1 g E 332,2 kcal	24,3 g F 49,6 g K 22,9 g E 520,8 kcal	31,2 g F 85,4 g K 11,1 g E 676,7 kcal	
<b>So</b> <b>10.5</b>	Kasslerbraten <sup>5</sup> Soße/Meerrettich Lac.-Glut. <sup>9, g, l, 6</sup> Rahmwirsing <sup>g, 6</sup> Kartoffelpüree <sup>2, g, 6</sup> (mS)	Spätzle-Gemüsepfanne <sup>a, aW, c</sup> Rahmsauce <sup>2, 4, g, l, 6</sup>	Topfenocken <sup>a, aW, c, g</sup> Beerenfruchtsoße	
	27,6 g F 31,9 g K 28 g E 497,3 kcal	17,8 g F 64,2 g K 18,7 g E 495,9 kcal	8 g F 45,2 g K 17,9 g E 335 kcal	

Menü	1	2	3	4
<b>Mo</b> <b>4.5</b>				
<b>Di</b> <b>5.5</b>				
<b>Mi</b> <b>6.5</b>				
<b>Do</b> <b>7.5</b>				
<b>Fr</b> <b>8.5</b>				
<b>Sa</b> <b>9.5</b>				
<b>So</b> <b>10.5</b>				

Bei der Nährwertberechnung ist in den Menüs bereits das Dessert eingerechnet. Kcal = Kalorien / E = Eiweiß / F = Fett / K = Kohlenhydrate

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE

