

Menüservice "Essen auf Rädern"

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

Abgabe bis: **Mittwoch,**
25.03.2026

Name

Tour

KW	1 Herzhaft Lecker	2 Fleischlos lecker	3 Süßer Genuss	4 Salatteller					
14	9,80 €	9,80 €	9,80 €	8,80 €	Menü	1	2	3	4
Mo 30.3	Deftiger Rindergulasch Apfelrotkohl Kartoffelklöße ^{aW} Mandarinenkompott	Kartoffel-Kürbiskernrösti ^{a, l} Tomaten-Paprikaquark ^{3, g, 6, 12} Brokkoli-Blumenkohlsalat ^{4, l} Mandarinenkompott	Quarkstrudel ^{a, aW, c, g} Vanillesoße ^{g, 6} Mandarinenkompott	Salatteller -Thunfisch ^{c, d, g, 12} Dressing French ^{g, 6} Brötchen ^{a, aW} Mandarinenkompott	Mo 30.3				
	15,7 g F 63,6 g K 26,3 g E 516,5 kcal	22,7 g F 63,7 g K 26,9 g E 585,4 kcal	15,6 g F 76,6 g K 19,9 g E 535,7 kcal	44,4 g F 57,6 g K 33 g E 746,7 kcal					
Di 31.3	Hähnchenkeule Geflügelsoße Kohlrabigemüse natur ^l Dampfkartoffeln Mandarinenquark ^g	Bunte Reispfanne ^{g, h, hMA, 6} Tomatenbasilikumsoße Karottensalat natur Mandarinenquark ^g	Eierpfannkuchen gefüllt ^{a, aW, c, g, 6} Fruchtsoße Mandarinenquark ^g	Salatteller mit Mozzarella ^{3, g, 6} Dressing Italian ^{4, j, l} Brötchen ^{a, aW} Mandarinenquark ^g	Di 31.3				
	26,4 g F 46,7 g K 45,5 g E 622,1 kcal	20,9 g F 97,9 g K 24,2 g E 626,9 kcal	17,7 g F 68,8 g K 11,4 g E 508,2 kcal	13,1 g F 52,2 g K 15,5 g E 404 kcal					
Mi 1.4	Nudel-Hackfleisch-Gratin ^{a, aW, c, g, 6} Tomatensoße Napoli ^{g, 6} Eisberg.-Radicchiosalat 1000island Dressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Waldbeercreme ^{g, 6}	Pichelsteiner Eintopf ^l Schlockerkruste ^{a, aD, aR, aW} Waldbeercreme ^{g, 6}	Kaiserschmarrn OHNE Rosinen ^{a, aW, c, g} Vanillesoße ^{g, 6} Waldbeercreme ^{g, 6}	Salatteller mit Feta ^g 1000island Dressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Waldbeercreme ^{g, 6}	Mi 1.4				
	59 g F 62,8 g K 37,3 g E 940,5 kcal	6,3 g F 54,3 g K 8,7 g E 320,2 kcal	28,6 g F 121,2 g K 28,3 g E 864,3 kcal	10,9 g F 45,1 g K 6,9 g E 311,2 kcal					
Do 2.4	Maccaroniaufauf " Pute" ^{a, aW, c, f, g, j, k, m, 6} Tomatensoße Erbsengemüse ² Schokopudding ^{g, 6}	2 gekochte Eier ^{c, 12} Frankfurter Grüne Soße ^{2, 3, 4, c, g, j, 6, 12} Dampfkartoffeln Schokopudding ^{g, 6}	Griesschmarrn ^{a, c, g, 6} Pflaumensoße Schokopudding ^{g, 6}	Salatteller mit Ei ^{c, g, 6, 12} Joghurtdressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Schokopudding ^{g, 6}	Do 2.4				
	33,4 g F 58,7 g K 32 g E 680,8 kcal	52,7 g F 39,9 g K 24,4 g E 739,6 kcal	29,4 g F 86,8 g K 19 g E 691,3 kcal	22,5 g F 52,4 g K 21,6 g E 509,2 kcal					
Fr 3.4	Seelachsfilet natur ^d Senf-Dillsoße ^j Möhrengemüse Scheiben Dampfkartoffeln Pannacottapudding ^{g, 6}	Chili sin Carne ^{f, i} Reis Salat SP Eisberg Dressing Italian ^{4, j, l} Pannacottapudding ^{g, 6}	Topfennocken ^{a, aW, c, g} Erdbeersoße Pannacottapudding ^{g, 6}	Karfreitag	Fr 3.4				
	11,9 g F 47 g K 24,1 g E 408,2 kcal	15,1 g F 92,5 g K 21,1 g E 615,8 kcal	14 g F 68,4 g K 20,3 g E 490,9 kcal						
Sa 4.4	Graupeneintopf ^{a, aG, i} Kasseler Würfel ^{4, 5} (mS)	Pilzrahmragout Vegetarisch ^{4, 5, g, 6} Serviettenknödel ^{a, c}	Grießknödel ^{a, c, g, 6} Pflaumenkompott ⁴	Ostern	Sa 4.4				
	8,6 g F 33 g K 14,7 g E 271,8 kcal	32,2 g F 53,9 g K 21,9 g E 575,3 kcal	49,6 g F 58,7 g K 11,3 g E 737,9 kcal						
So 5.4	Lammragout Brechbohnen ohne Speck Kartoffelpüree ^{2, g, 6}	Tortellini Gemüsefüllung Tomaten-Basilikum-Soße ^{g, 6}	Topfennocken ^{a, aW, c, g} Beerenfruchtsoße	Ostern	So 5.4				
	10,2 g F 28,1 g K 26 g E 317,9 kcal	15,1 g F 30,7 g K 14,7 g E 321 kcal	8 g F 45,2 g K 17,9 g E 335 kcal						

Bei der Nährwertberechnung ist in den Menüs bereits das Dessert eingerechnet. Kcal = Kalorien / E = Eiweiß / F = Fett / K = Kohlenhydrate
1=mit Geschmacksverstärker (n) 2=mit Farbstoff (en) 3=mit Süßungsmittel 4=mit Antioxidationsmittel 5=mit Konservierungsstoff (en) 6=mit Milcheiweiß 7=n
8=mit Schwärzungsmitteln 9=mit Schwefeldioxid 10=gewachst 11=koffeinhaltig 12=enthält eine Phenylalaminquelle 13=chininhaltig 14=mit Taurin 15=Gluter
16=Krebstiere 17=Ei 18=Fisch 19=Erdnüsse 20=Soja 21=Milch/Lactose 22=Schalenfrüchte 23=Sellerie 24=Senf 25=Sesam 26=Sulfite 27=Lupinen

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE

Änderungen vorbehalten!

Guten Appetit!