

KW 31
28.07. - 03.08.2025

*Sie wünschen glutenfreie Kost, passierte Kost oder eine andere Sonderkost?
 Sprechen Sie uns bitte dazu an!
 Information und Anmeldung: montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr.*

	Menü Silber 10,80 €	Menü Blau 10,80 €	Menü Grün / Vegetarisch 10,30 €	Menü Lila 10,30 €	Salat / Kaltgericht 9,80 €
Mo	Schnittbohnen-Eintopf mit Bockwurst kJ: 1755 kcal: 419KH: 15,2 BE: Fett: 29,4 ZS: 6,13a,16,20	Ung. Rindergulasch* mit Nudeln kJ: 2119 kcal: 498KH: 32,8 BE: Fett: 29,0 ZS: 7,13a,16,19,20	Nudeln mit Tomatensoße kJ: 1357 kcal: 324KH: 38,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a,16,	Cevapcici mit Tomatensoße und Reis kJ: 2112 kcal: 441KH: 32,0 BE: Fett: 34,0 ZS: 5,13a,16,	Gemischter Salat* mit Käsestreifen und Dressing kJ: 1418 kcal: 298KH: 10,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 1,2,7,13a,10,16,20
Di	Wirsingroulade mit Specksoße und Püree kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,4 BE: Fett: 28,3 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20,22	Hähnchenkeule* mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln kJ: 2224 kcal: 585KH: 28,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20	Kohlrabi in* Bechamelsoße dazu Schwenkkartoffeln kJ: 945 kcal: 226KH: 24,1 BE: Fett: 12,3 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	Fleischwurstgulasch mit Salat und Nudeln kJ: 2343 kcal: 560KH: 52,9 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,3,5,7,13a,16,19	Bunter Salatteller mit Thunfisch dazu Dressing kJ: 2175 kcal: 518KH: 7,9 BE: Fett: 14,2 ZS: 7,10,13a,16,20
Mi	Schweine-Cordon-bleu mit Karottengemüse und Püree kJ: 2249 kcal: 538KH: 25,9 BE: Fett: 28,6 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	Hähnchenbrust* mit Champignon- Sahnesoße und Bratkartoffeln kJ: 2568 kcal: 599KH: 58,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 3,5,7,10,13a,16	Blumenkohl-Käse-* Medaillon mit Püree kJ: 2229 kcal: 533KH: 60,0 BE: Fett: 15,9 ZS: 2,4,5,7,10,13,16a	Kartoffel-Sauerkraut- Auflauf mit Kasslerwürfeln kJ: 2376 kcal: 578KH: 44,5 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16,19	Gem. Salat* mit Schinken und Ei und Dressing kJ: 1635 kcal: 378KH: 17,2 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,6,7,10,13a,16,20
Do	Warmer Kartoffelsalat mit Speck, Zwiebeln, Gurke dazu 2 Frikadellen kJ: 2238 kcal: 682KH: 39,8 BE: Fett: 25,6 ZS: 7,10,13a,16,19	Frische Bratwurst mit Rahmkohlrabi und Püree kJ: 2180 kcal: 490KH: 37,4 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,4,6,7,10,13a,16,20	Vegetarische Nuggets* mit Reis und Tomatensoße kJ: 2503 kcal: 598KH: 86,8 BE: Fett: 10,4 ZS: 7,10,13a,16,17,21,22	Hähnchen-Paprika-Pfanne mit Reis kJ: 2069 kcal: 494KH: 36,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 7,13a,16,19	Bunter Salatteller* mit Tomaten-Mozarella und Dressing kJ: 2010 kcal: 391KH: 17,9 BE: Fett: 4,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16,
Fr	Gedämpftes Fischfilet* mit Kräutersoße und Fingermöhren dazu Kartoffeln kJ: 2068 kcal: 484KH: 28,2 BE: Fett: 18,1 ZS: 7,10,13a,16,19,20	Schweinegeschnetzeltes in Käse-Kräuter-Soße mit Rosenkohl dazu Kartoffeln kJ: 1674 kcal: 399KH: 54,4 BE: Fett: 24,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,	Gemüse-Lasagne* mit Tomatensoße kJ: 2889 kcal: 691KH: 42,3 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,22	Mediterrane Kartoffel- Hackfleisch-Pfanne mit Tomatensoße kJ: 1757 kcal: 432KH: 68,0 BE: Fett: 24,5 ZS: 13a,16,19	Salatplatte mit Frikadelle und Dressing kJ: 1915 kcal: 414KH: 16,9 BE: Fett: 15,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20
Sa	Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln und Hackfleisch kJ: 1970 kcal: 471KH: 29,3 BE: Fett: 28,5 ZS: 13a,16,19	Rinderhacksteak* mit Brechbohnen und Kartoffeln kJ: 1691 kcal: 404KH: 37,8 BE: Fett: 36,5 ZS: 6,7,10,13a,16,	Süße Schupfnudeln* mit Vanillesoße kJ: 2015 kcal: 482KH: 35,8 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Caritas Fahrbarer Mittagstisch Krefeld/Meerbusch/Tönisvorst Paul-Jülke-Straße 3, 40670 Meerbusch Telefon 0 21 59 / 91 35 13 Telefax 0 21 59 / 91 35 29 mittagstisch-meerbusch@caritas-krefeld.de Die Menüs für das Wochenende werden freitags und die für Feiertage am Vortag gekühlt mitgeliefert.	
So	Rinderbraten* mit Fingermöhren dazu Kartoffeln kJ: 2508 kcal: 600KH: 34,8 BE: Fett: 24,3 ZS: 13a,16,20	Bratwurst mit Gemüse dazu Püree kJ: 1906 kcal: 456KH: 42,5 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Veg. Frikadelle* mit Soße und Kartoffeln kJ: 2096 kcal: 482KH: 32,4 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,16,17,19,		

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jodiertem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle unsere Rohkartoffeln 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=Kamut), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse- (a = Mandeln, b = Haselnüsse, c = Walnüsse, d = Kaschunüsse, e = Pekannüsse, f = Paranüsse, g = Macadamianüsse, h = Pistazien), 18 Schwefeldioxid/Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. - * = ohne Schweinefleisch. Legende:BE=Proteinheiten unter Berücksichtigung der berechnungspflichtigen Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule,KH=Kohlenhydrate.

