

	Mo 06.04.	Di 07.04.	Mi 08.04.	Do 09.04.	Fr 10.04.	Sa 11.04.	So 12.04.
Menü 1 Silber 9,25 € als Mini-Menü 9,00 €	Bratwurst mit buntem Gemüse und Püree kJ: 2322 kcal: 526KH: 32,8 BE: Fett: 23,5 ZS: 2,3,4,5,7,6,7,10,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Currysoße und Erbsen, dazu Reis kJ: 2022 kcal: 483KH: 32,4 BE: Fett: 17,9 ZS: 2,5,7,13a,16	Putenkeule* mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 2347 kcal: 561KH: 48,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,13a,7,16,20	Mettwurst mit Jägerskohl, dazu Röstzwiebelpüree kJ: 2472 kcal: 591KH: 61,0 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,3,4,5,6,7,13a,16,20	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße, Salzkartoffeln und Salat kJ: 2243 kcal: 481KH: 51,5 BE: Fett: 14,8 ZS: 7,12,13a,16	Möhren-Eintopf mit Bockwurst kJ: 2228 kcal: 533KH: 22,8 BE: Fett: 26,3 ZS: 6,13a,16	Hähnchenbrust* mit Mischgemüse und Kartoffeln kJ: 2194 kcal: 624KH: 27,5 BE: Fett: 21,5 ZS: 7,13a,16
Menü 2 Gourmet—blau 9,75 €	Sauerbratengulasch* mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 2324 kcal: 556KH: 50,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 1,2,4,5,7,13a,16,20	Mini-Haxe mit Sauerkraut und Kartoffelpüree kJ: 2098 kcal: 543KH: 65,4 BE: Fett: 32,9 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Hähnchenbrust* mit Basilikum-Sahnesoße, dazu Salat und Spätzle kJ: 2252 kcal: 539KH: 65,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 7,13a,16	Schnitzel "Puszta-Art", dazu Rösti kJ: 2725 kcal: 652KH: 74,8 BE: Fett: 37,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Schweinegeschnetzeltes "Berner-Art" mit Nudeln kJ: 2275 kcal: 544KH: 51,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,7,13a,16	Hacksteak* mit Pariser Karotten und Püree kJ: 1872 kcal: 447KH: 43,0 BE: Fett: 27,5 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Schweinegulasch mit Pilzen und Zwiebeln, dazu Spätzle kJ: 2868 kcal: 686KH: 50,2 BE: Fett: 22,4 ZS: 10,13a,16,20
Menü 3 Salate 9,25 €	Feiertag	Salatteller* mit Hähnchennuggets und Dressing kJ: 1318 kcal: 315KH: 16,5 BE: Fett: 19,7 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Gem. Salat* mit Käse und Dressing kJ: 1418 kcal: 339KH: 18,0 BE: Fett: 15,7 ZS: 1,2,7,10,13a,16,19,20	Thunfisch-Reissalat* 1 Brötchen kJ: 1988 kcal: 425KH: 49,5 BE: Fett: 18,6 ZS: 2,7,10,12,13a,16,20	Gemischter Salat* mit Schafskäse und Dressing kJ: 1960 kcal: 445KH: 22,5 BE: Fett: 17,0 ZS: 1,2,6,7,10,13a,16,20	<p>Täglich für Sie— frisch zubereitet und verzehrsheiß geliefert!</p> <p>Bestellen Sie jetzt und genießen Sie!</p> <p>Tel. 02306-910710 von 09.00-13.00 Uhr menue-service@caritas-luenen.de</p> <p>Caritasverband Lünen-Selm— Werne e.V.</p> <p>Gertrud-Bäumer-Str. 5 44534 Lünen</p> <p>Rufen Sie einfach an!</p> <p>www.caritas-luenen.de</p>	
Menü 4 Vegetarisch—grün 9,25 €	Veg. Rosenkohl-Eintopf* kJ: 1548 kcal: 370KH: 22,4 BE: Fett: 13,6 ZS: 13a,16	Spaghetti* in Curryrahmsoße, dazu buntes Gemüse kJ: 3456 kcal: 827KH: 122,0 BE: Fett: 25,3 ZS: 2,5,7,13a,16	Gemüse-Pilz-Pfanne* mit Käse-Sahne-Soße und Röstzwiebelpüree kJ: 2232 kcal: 533KH: 75,4 BE: Fett: 16,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16	Nudeln* mit Tomatensoße kJ: 2128 kcal: 504KH: 101,6 BE: Fett: 28,0 ZS: 13a,16	Wirsingeeintopf* mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 1762 kcal: 421KH: 32,8 BE: Fett: 16,2 ZS: 13a,19		
Menü 5 lila 9,25 €	Feiertag	Frikadelle mit Speck-Zwiebel-Soße, Salat und Püree kJ: 2840 kcal: 679KH: 68,0 BE: Fett: 37,0 ZS: 2,3,10,13a,16	Blumenkohl-Auflauf mit Käse überbacken kJ: 2565 kcal: 613KH: 51,0 BE: Fett: 39,0 ZS: 2,510,13a,16	Hähnchenpfanne* "Madagaskar" mit Nudeln und Salat kJ: 2325 kcal: 556KH: 51,6 BE: Fett: 17,4 ZS: 7,13a,16	Quarkkeulchen* mit Vanillesoße kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 20,6 ZS: 2,7,10,13a,16		
Menü 6 Diabetiker—rot 9,25 €	Bratwurst mit buntem Gemüse und Püree kJ: 2152 kcal: 514KH: 28,8 BE: 3,0 Fett: 21,7 ZS: 2,3,4,6,7,10,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Currysoße und Erbsen, dazu Reis kJ: 1988 kcal: 475KH: 27,4 BE: 2,5 Fett: 15,5 ZS: 2,5,13a,16a	Putenkeule mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 2283 kcal: 546KH: 37,4 BE: 3,0 Fett: 315,0 ZS: 2,7,13a,16,20	Hähnchenpfanne "Madagaskar" mit Nudeln und Salat kJ: 2305 kcal: 551KH: 46,5 BE: 3,0 Fett: 17,0 ZS: 7,13a,16	Fischfilet "natur" mit Senfsoße, Kartoffeln und Salat kJ: 2095 kcal: 444KH: 27,3 BE: 3,0 Fett: 21,4 ZS: 7,12,13a,16	Hacksteak* mit Pariser Karotten und Püree kJ: 1645 kcal: 392KH: 35,0 BE: 3,0 Fett: 15,4 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,19,20	Hähnchenbrust* mit Mischgemüse und Kartoffeln kJ: 2194 kcal: 524KH: 26,3 BE: 3,0 Fett: 20,8 ZS: 7,13a,16,20

Diese Menüs erhalten Sie auch Gluten + Laktose frei, ebenso passierte Kost. Sprechen Sie uns bitte dazu an. Jedes Gericht enthält einen kostenlosen Nachtisch!

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 = Cashewnüsse, 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.