

	Mo 15.04.	Di 16.04.	Mi 17.04.	Do 18.04.	Fr 19.04.	Sa 20.04.	So 21.04.
Menü 1 Silber 9,25 € als Mini-Menü 9,00 €	Serbische Bohnensuppe mit Bockwurst kJ: 2422 kcal: 511KH: 28,2 BE: Fett: 26,6 ZS: 3,5,6,13a,16	Hacksteak mit Champignon-Speck-Rahm und Kräuterpüree kJ: 2479 kcal: 592KH: 72,7 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln kJ: 2289 kcal: 515KH: 55,8 BE: Fett: 27,2 ZS: 7,10,13a,16	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis kJ: 2089 kcal: 499KH: 32,2 BE: Fett: 13,2 ZS: 7,13a,16	Fischfilet natur* mit Dillsoße, Kartoffeln und Salat kJ: 2408 kcal: 575KH: 62,5 BE: Fett: 25,0 ZS: 12,13a,16,	Möhreneintopf mit Frikadelle kJ: 2406 kcal: 575KH: 46,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 10,13a,16,19,20	Rinderbraten* mit Bratensoße, Gemüse, Salzkartoffeln kJ: 2691 kcal: 404KH: 17,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,13a,19,20
Menü 2 Gourmet—blau 9,75 €	Hähnchenschnitzel* mit Rahmsoße, Kaisergemüse und Kartoffeln kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,7 BE: Fett: 31,0 ZS: 10,13a,16	Hähnchenbrust* in Zwiebelsoße dazu Rösti kJ: 2150 kcal: 498KH: 35,4 BE: Fett: 22,0 ZS: 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,	Rheinischer Sauerbraten* mit Nudeln und Apfelmus kJ: 2561 kcal: 612KH: 85,5 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,5,7,13a,16,20	Schweinebraten mit Rahmsoße, Mischgemüse, Salzkartoffeln kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 13a,16,20	Rinderragout mit Lauch und Champignons in Rotweinsauce dazu Spätzle kJ: 2307 kcal: 550KH: 51,0 BE: Fett: 29,4 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	Schweinegulasch Bunt Gemüse und Kartoffeln kJ: 1809 kcal: 432KH: 36,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 13a,16,19,20
Menü 3 Salate 9,25 €	Fitnesssteller* mit Schafskäse und Dressing kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Schlemmersalat mit Schinken und Ei dazu Dressing kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,4 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,10,13a,16, 20	Bunter Salat* mit Hähnchenbrust und Dressing kJ: 1654 kcal: 395KH: 25,7 BE: Fett: 11,4 ZS: 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	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	<p>Täglich für Sie—frisch zubereitet und verzehrshieß 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>www.caritas-luenen.de</p> <p>Rufen Sie einfach an!</p>	
Menü 4 Vegetarisch—grün 9,25 €	Nudeln* mit Linsenbolognese kJ: 1499 kcal: 765KH: 86,6 BE: Fett: 9,6 ZS: 13a, 16,19	Kohlrabi-Eintopf* mit Gartengemüse und Kartoffeln kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,7,13,16,	Eier* Königsberger-Art mit Püree kJ: 2161 kcal: 570KH: 34,4 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,7,13a,16,19,20	Ratatouille-Gemüse* mit Reis kJ: 1012 kcal: 354KH: 36,8 BE: Fett: 19,2 ZS: 5,7,10,13a,16,19,21,22	Gemüseröstling* mit Tomaten-Kräutersoße und Reis kJ: 2290 kcal: 547KH: 69,5 BE: Fett: 42,7 ZS: 10,13a,16,23		
Menü 5 lila 9,25 €	Gyros mit Reis und Tomatensoße kJ: 2073 kcal: 496KH: 27,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 7,13a,16	Milchreis* mit heißen Kirschen kJ: 1880 kcal: 442KH: 33,5 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,7,13a,16	Tortellini-Auflauf mit Käse überbacken kJ: 2264 kcal: 505KH: 58,8 BE: Fett: 28,8 ZS: 1,3,5,7,13a,19,20	Pfannkuchen* mit Fruchtkompott kJ: 1842 kcal: 415KH: 37,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,20	Tortellini mit Fleischfüllung, Tomaten-Kräutersoße, Salat kJ: 2110 kcal: 504KH: 62,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,10,13a,16		
Menü 6 Diabetiker—rot 9,25 €	Serbische Bohnensuppe mit Bockwurst kJ: 1942 kcal: 345KH: 22,4 BE: 3,0 Fett: 23,6 ZS: 3,5,6,13a,16	Kohlrabi-Eintopf mit Gartengemüse und Kartoffeln kJ: 2022 kcal: 498KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 7,0 ZS: 2,7,13a,16	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln kJ: 2108 kcal: 485KH: 28,6 BE: 3,0 Fett: 25,8 ZS: 7,10,13a,16	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a	Fischfilet natur* mit Dillsoße, Kartoffeln und Salat kJ: 2095 kcal: 498KH: 25,0 BE: 3,0 Fett: 23,2 ZS: 12,13a,16,20,	Möhreneintopf mit Frikadelle kJ: 2320 kcal: 555KH: 34,2 BE: 3,0 Fett: 26,5 ZS: 10,13a,16,19,20	Schweinegulasch Bunt Gemüse und Kartoffeln kJ: 1800 kcal: 418KH: 25,6 BE: 3,0 Fett: 19,2 ZS: 13a,19,20

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 = 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=Broteinheiten unter Berücksichtigung der berechnungspflichtigen Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate.