

	Mo 18.05.	Di 19.05.	Mi 20.05.	Do 21.05.	Fr 22.05.	Sa 23.05.	So 24.05.
<b>Menü 1</b> Silber 9,25 € als Mini-Menü 9,00 €	<b>Sauerkraut-Eintopf mit Kassler</b> kJ: 1312 kcal: 314KH: 33,2 BE: Fett: 12,4 ZS: 1,3,6,13a	<b>Hähnchenschnitzel* mit Sauce Bernaise, dazu Kartoffeln und Erbsen</b> kJ: 2232 kcal: 533KH: 28,6 BE: Fett: 23,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	<b>Hackfleischpfanne mit Paprika und Pilzen, Nudeln</b> kJ: 2709 kcal: 647KH: 71,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	<b>Hähnchenbrust* mit Puszta-Soße und Reis</b> kJ: 2028 kcal: 485KH: 42,5 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,5,7,13 a,16,19,20	<b>Pan. Fischfilet* mit Senfsoße, Gemüse und Kartoffeln</b> kJ: 1946 kcal: 465KH: 26,7 BE: Fett: 35,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19	<b>Bunter Gemüsetopf* mit Geflügelfleischbällchen</b> kJ: 1985 kcal: 421KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 6,10,13a,16,19	<b>Bratwurst mit buntem Gemüse und Kartoffeln</b> kJ: 2322 kcal: 526KH: 32,8 BE: Fett: 22,3 ZS: 6,13a,16
<b>Menü 2</b> Gourmet—blau 9,75 €	<b>Schaschlik-Gulasch mit Nudeln und Salat</b> kJ: 1571 kcal: 376KH: 27,8 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,5,7,13a,16,20	<b>Rinderbraten* in Zwiebel-Sahne-Soße, Blumenkohl, Kartoffeln</b> kJ: 1465 kcal: 350KH: 32,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,13a,16	<b>Frische Bratwurst mit Rahm-Kohlrabi und Kartoffeln</b> kJ: 2296 kcal: 549KH: 31,0 BE: Fett: 28,7 ZS: 6,13a,16	<b>Fleischkäse mit Sauerkraut und Kartoffelpüree</b> kJ: 2351 kcal: 561KH: 25,9 BE: Fett: 44,6 ZS: 2,3,5,6,7,13a,16,20	<b>Kohlroulade mit Specksoße, dazu Püree</b> kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20	<b>Krustenbraten auf Wirsinggemüse, dazu Püree</b> kJ: 2679 kcal: 640KH: 38,9 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,3,4,5,7,10,3a,16,20	<b>Hähnchengeschnetzeltes* in Käse-Sahne-Soße, dazu Spätzle</b> kJ: 2460 kcal: 535KH: 24,5 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20
<b>Menü 3</b> Salate 9,25 €	<b>Salatplatte* mit Thunfisch, Dressing</b> kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	<b>Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse, Dressing</b> kJ: 1143 kcal: 473KH: 11,1 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,13a,16,20	<b>Salatplatte Hawaii mit Schinken und Ananas, dazu Dressing</b> kJ: 1535 kcal: 368KH: 10,0 BE: Fett: 13,0 ZS: 2,7,13a,16,20	<b>Salatplatte mit gef. Schinkenröllchen und Dressing</b> kJ: 1419 kcal: 473KH: 20,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 6,7,13a,16,20	<b>Hähnchenschnitzel* mit Nudelsalat</b> kJ: 2561 kcal: 615KH: 61,0 BE: Fett: 26,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	<p><b>Täglich für Sie—frisch zubereitet und verzehrshieß geliefert!</b></p> <p><b>Bestellen Sie jetzt und genießen Sie!</b></p> <p>Tel. 02306-910710 von 09.00-13.00 Uhr</p> <p><a href="mailto:menue-service@caritas-luenen.de">menue-service@caritas-luenen.de</a></p> <p>Caritasverband Lünen-Selm– Werne e.V.</p> <p>Gertrud-Bäumer-Str. 5 44534 Lünen</p> <p><a href="http://www.caritas-luenen.de">www.caritas-luenen.de</a></p> <p><b>Rufen Sie einfach an!</b></p>	
<b>Menü 4</b> Vegetarisch—grün 9,25 €	<b>Spaghetti "Funghi"* mit Champignonsoße</b> kJ: 2445 kcal: 495KH: 92,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16	<b>Veget. Bolognese* mit Spaghetti</b> kJ: 1914 kcal: 445KH: 65,4 BE: Fett: 26,4 ZS: 7,13a,16,19	<b>Kaiserschmarrn mit Vanillesoße</b> kJ: 2596 kcal: 620KH: 86,6 BE: Fett: 19,7 ZS: 2,7,10,13a,16	<b>3 Kartoffelrösti* mit buntem Gemüse und Käsesoße</b> kJ: 2167 kcal: 517KH: 61,4 BE: Fett: 24,1 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	<b>Ged. Gemüse* mit Kartoffeln und Sauce Hollandaise</b> kJ: 1886 kcal: 451KH: 39,2 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,5,10,13a,16		
<b>Menü 5</b> lila 9,25 €	<b>Putengeschnetzeltes* mit Mais und Zwiebeln, dazu Reis</b> kJ: 1440 kcal: 350KH: 38,2 BE: Fett: 20,7 ZS: 5,7,13a,16	<b>Milchreis* mit Apfel-Kompott</b> kJ: 1948 kcal: 458KH: 38,3 BE: Fett: 20,3 ZS: 2,7,10,13,16,19,22	<b>Nudel-Auflauf* mit Käse überbacken</b> kJ: 2278 kcal: 498KH: 59,7 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,7,10,13a,16	<b>Curry Hähnchenragout* mit Kokosmilch, dazu Reis</b> kJ: 2188 kcal: 523KH: 45,3 BE: Fett: 26,2 ZS: 7,13a,16,19	<b>Frikadelle mit Lauchzwiebel-Soße und Püree</b> kJ: 2278 kcal: 478KH: 35,3 BE: Fett: 17,5 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,19,20		
<b>Menü 6</b> Diabetiker—rot 9,25 €	<b>Sauerkraut-Eintopf mit Kassler</b> kJ: 1312 kcal: 314KH: 31,6 BE: 3,5 Fett: 10,4 ZS: 1,3,6,13a	<b>Hähnchenschnitzel mit Sauce Bernaise, Kartoffeln und Erbsen</b> kJ: 2215 kcal: 529KH: 26,5 BE: 3,0 Fett: 16,8 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	<b>Frische Bratwurst mit Kohlrabi und Kartoffeln</b> kJ: 2250 kcal: 538KH: 28,5 BE: 2,5 Fett: 21,2 ZS: 6,13a,16	<b>Hähnchenbrust* mit Puszta-Soße und Reis</b> kJ: 2016 kcal: 482KH: 35,2 BE: 3,0 Fett: 19,8 ZS: 2,5,7,13a,16,20	<b>Fischfilet natur* mit Senfsoße, Gemüse und Kartoffeln</b> kJ: 1968 kcal: 448KH: 22,9 BE: 3,0 Fett: 14,5 ZS: 7,12,13a,16,20	<b>Bunter Gemüsetopf* mit Geflügelfleischbällchen</b> kJ: 1526 kcal: 348KH: 22,0 BE: 2,0 Fett: 18,0 ZS: 6,10,13a,16,19	<b>Bratwurst mit buntem Gemüse und Kartoffeln</b> kJ: 2150 kcal: 514KH: 25,4 BE: 2,5 Fett: 20,6 ZS: 6,13a,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=Broteinheiten unter Berücksichtigung der berechnungspflichtigen Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate.