

	Mo 19.05.	Di 20.05.	Mi 21.05.	Do 22.05.	Fr 23.05.	Sa 24.05.	So 25.05.
Menü 1 Silber 9,25 € als Mini-Menü 9,00 €	Schnittbohnen-Eintopf mit Bockwurst kJ: 1755 kcal: 419KH: 15,2 BE: Fett: 29,4 ZS: 6,13a,16,20	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	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	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	Gedämpftes Fischfilet* mit Kräutersoße und Fingermöhrrchen dazu Kartoffeln kJ: 2068 kcal: 484KH: 28,2 BE: Fett: 18,1 ZS: 7,10,13a,16,19,20	Pichelsteiner-Eintopf* mit Rindfleischeinlage kJ: 1243 kcal: 297KH: 39,3 BE: Fett: 12,5 ZS: 13a,16,19	Geflügelroulade* mit Blumenkohl und Kartoffeln kJ: 2168 kcal: 518KH: 38,4 BE: Fett: 22,3 ZS: 7,13a,16,20
Menü 2 Gourmet—blau 9,75 €	Ung. Rindergulasch* mit Nudeln kJ: 2119 kcal: 498KH: 32,8 BE: Fett: 29,0 ZS: 7,13a,16,19,20	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	Hähnchenbrust* mit Champignon-Sahnesoße und Bratkartoffeln kJ: 2568 kcal: 599KH: 58,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 3,5,7,10,13a,16	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	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	Mini-Haxe mit Sauerkraut dazu Püree kJ: 2758 kcal: 659KH: 31,0 BE: Fett: 28,5 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	Schweinebraten mit Gemüse dazu Spätzle kJ: 1664 kcal: 303KH: 48,8 BE: Fett: 33,0 ZS: 2,3,4,5,7,13a,16
Menü 3 Salate 9,25 €	Gemischter Salat* mit Käsestreifen und Dressing kJ: 1418 kcal: 298KH: 10,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 1,2,7,13a,10,16,20	Bunter Salatteller mit Thunfisch dazu Dressing kJ: 2175 kcal: 518KH: 7,9 BE: Fett: 14,2 ZS: 7,10,13a,16,20	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	Bunter Salatteller* mit Tomaten-Mozzarella und Dressing kJ: 2010 kcal: 391KH: 17,9 BE: Fett: 4,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16	Salatplatte mit Frikadelle und Dressing kJ: 1915 kcal: 414KH: 16,9 BE: Fett: 15,4 ZS: 2,5,7,10,13a,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</p> <p>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 Tomatensoße kJ: 1357 kcal: 324KH: 38,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a,16	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	Kaiserschmarrn* mit Vanillesoße kJ: 2007 kcal: 480KH: 39,0 BE: Fett: 15,9 ZS: 2,4,5,7,10,13,16a	Vegetarische Nuggets* mit Reis und Tomatensoße kJ: 2503 kcal: 598KH: 86,8 BE: Fett: 10,4 ZS: 7,10,13a,16,17,21,22	Blumenkohl-Käse-* Medaillon mit Kartoffeln kJ: 1229 kcal: 677KH: 50,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 5,10,13a,16		
Menü 5 lila 9,25 €	Cevapcici mit Tomatensoße und Reis kJ: 2112 kcal: 441KH: 32,0 BE: Fett: 34,0 ZS: 5,13a,16	Fleischwurstgulasch mit Salat und Nudeln kJ: 2343 kcal: 560KH: 52,9 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,3,5,7,13a,16,19	Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf mit Kasslerwürfeln kJ: 2376 kcal: 578KH: 44,5 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16,19	Hähnchen-Paprika-Pfanne mit Reis kJ: 2069 kcal: 494KH: 36,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 7,13a,16,19	Mediterrane Kartoffel-Hackfleisch-Pfanne mit Tomatensoße kJ: 1757 kcal: 432KH: 68,0 BE: Fett: 24,5 ZS: 13a,16,19		
Menü 6 Diabetiker—rot 9,25 €	Ung. Rindergulasch* mit Nudeln kJ: 2022 kcal: 472KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 7,13a,16,20	Wirsingroulade mit Specksoße und Püree kJ: 2231 kcal: 521KH: 22,5 BE: 3,0 Fett: 20,1 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20,22	Schweine-Cordon-bleu mit Karottengemüse und Püree kJ: 2245 kcal: 537KH: 22,8 BE: 3,0 Fett: 22,6 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	Frische Bratwurst mit Rahmkohlrabi und Püree kJ: 2097 kcal: 466KH: 27,5 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 2,4,6,7,13a,16,20	Gedämpftes Fischfilet* mit Kräutersoße und Fingermöhrrchen dazu Kartoffeln kJ: 1985 kcal: 432KH: 28,8 BE: 3,5 Fett: 17,0 ZS: 7,10,12,13a,16	Pichelsteiner-Eintopf mit Fleischeinlage kJ: 1222 kcal: 293KH: 32,0 BE: 3,0 Fett: 11,0 ZS: 13a,16,19	Schweinebraten mit Gemüse dazu Spätzle kJ: 2168 kcal: 492KH: 25,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,4,5,7,10,13a,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.