

	Mo 21.04.	Di 22.04.	Mi 23.04.	Do 24.04.	Fr 25.04.	Sa 26.04.	So 27.04.
Menü 1 Silber 9,25 € als Mini-Menü 9,00 €	Sauerbraten mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 2415 kcal: 577KH: 52,5 BE: Fett: 28,5 ZS: 2,7,13a,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: 38,0 ZS: 6,7,13a,19,20	Hähnchenbrust* mit Mischgemüse und Kartoffeln kJ: 2194 kcal: 524KH: 27,7 BE: Fett: 19,0 ZS: 7,10,13a,16,20
Menü 2 Gourmet—blau 9,75 €	Putengeschnetzeltes* in Champignonsoße dazu Rosenkohl und Püree kJ: 2077 kcal: 497KH: 54,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,20	Mini-Haxe mit Sauerkraut und Kartoffelpüree kJ: 2098 kcal: 543KH: 65,4 BE: Fett: 32,9 ZS: 7,13a,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	Rinderhacksteak* mit Pariser Karotten und Kartoffeln kJ: 1872 kcal: 447KH: 43,0 BE: Fett: 25,8 ZS: 5,10,13a,20	Schweinegulasch mit Pilzen und Zwiebeln dazu Spätzle kJ: 2868 kcal: 686KH: 50,0 BE: Fett: 26,0 ZS: 10,13a,16
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	Täglich für Sie—frisch zubereitet und verzehrsheiß geliefert!	
Menü 4 Vegetarisch—grün 9,25 €	Apfelpfannkuchen* mit Vanillesoße kJ: 1742 kcal: 416KH: 41,0 BE: Fett: 13,6 ZS: 7,10,13a,16	Rührei* mit Rahmspinat und Püree kJ: 1809 kcal: 432KH: 24,0 BE: Fett: 16,3 ZS: 2,3,5,7,10,13a,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	Veg. Röstling "Puszta-Art" dazu Rösti kJ: 2615 kcal: 625KH: 60,2 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,3,7,13a,16,19,22,23	Wirsing Eintopf* mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 1762 kcal: 421KH: 32,8 BE: Fett: 16,2 ZS: 13a,19	Bestellen Sie jetzt und genießen Sie! Tel. 02306-910710 von 09.00-13.00 Uhr menue-service@caritas-luenen.de Caritasverband Lünen-Selm– Werne e.V. Gertrud-Bäumer-Str. 5 44534 Lünen www.caritas-luenen.de	
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: 2,5,10,13a,16	Hähnchenpfanne Madagaskar mit Nudeln* und Salat kJ: 2325 kcal: 475KH: 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	Rufen Sie einfach an!	
Menü 6 Diabetiker—rot 9,25 €	Sauerbraten mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 2355 kcal: 563KH: 40,8 BE: 3,0 Fett: 25,7 ZS: 2,7,13a,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: 2285 kcal: 546KH: 34,8 BE: 3,0 Fett: 16,0 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	Rinderhacksteak* mit Pariser Karotten und Kartoffeln kJ: 1645 kcal: 392KH: 22,0 BE: 3,0 Fett: 15,4 ZS: 6,7,10,13a,19,20	Hähnchenbrust* mit Mischgemüse und Kartoffeln kJ: 2194 kcal: 548KH: 27,7 BE: 3,0 Fett: 17,8 ZS: 7,10,13a,16

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.