

	Mo 29.04.	Di 30.04.	Mi 01.05.	Do 02.05.	Fr 03.05.	Sa 04.05.	So 05.05.	
Menü 1 Silber 9,25 € als Mini-Menü 9,00 €	Hühnersuppentopf* mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 1320 kcal: 315KH: 38,0 BE: Fett: 9,6 ZS: 13a,19	Rostbratwurst mit herzhafter Soße, Kohlrabi und Kartoffeln kJ: 2318 kcal: 553KH: 27,4 BE: Fett: 38,2 ZS: 6,,13a,16	Kohlroulade mit Specksoße und Püree kJ: 2479 kcal: 592KH: 52,7 BE: Fett: 29,8 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Fr. Hackfleisch- Bolognese mit Nudeln und Salat kJ: 2160 kcal: 516KH: 58,7 BE: Fett: 22,8 ZS: 7,13a,16	Pan. Fischfilet* mit Dillsoße, Salat und Salzkartoffeln kJ: 1987 kcal: 465KH: 41,7 BE: Fett: 21,7 ZS: 1,7,12,13a,16,19,20	Blumenkohl-Eintopf* mit Frikadelle kJ: 1792 kcal: 398KH: 28,5 BE: Fett: 18,3 ZS: 13a,16	Hähnchenschnitzel "Jäger-Art" mit Kartoffeln kJ: 2561 kcal: 564KH: 27,3 BE: Fett: 27,5 ZS: ,13a,16,20	
Menü 2 Gourmet—blau 9,75 €	Gebr. Hähnchenbrust* in Paprikasahnesoße mit Erbsen und Nudeln kJ: 2069 kcal: 495KH: 34,0 BE: Fett: 22,3 ZS: 5,7,13a,16,	Kassler mit Dicken Bohnen und Püree kJ: 2228 kcal: 503KH: 26,2 BE: Fett: 25,4 ZS: 2,3,4,5,7,13a,16,20	Hühnerfrikassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis kJ: 1892 kcal: 452KH: 34,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,16,20	Fleischkäse mit Sauerkraut und Püree kJ: 2148 kcal: 513KH: 34,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,16,20	Zwiebel-Senf-Braten v. Schwein mit Blumenkohl und Püree kJ: 2208 kcal: 508KH: 25,5 BE: Fett: 25,3 ZS: 2,3,5,7,10,13,16,20	Rindergulasch* mit Rosenkohl und Nudeln kJ: 2031 kcal: 485KH: 15,6 BE: Fett: 31,5 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	Rinderschmorbraten* mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 1913 kcal: 458KH: 21,3 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,7,10,13a,16	
Menü 3 Salate 9,25 €	Salatplatte* mit Nuggets dazu Dressing kJ: 1373 kcal: 328KH: 9,6 BE: 0,0 Fett: 9,6 ZS: 1,2,7,13a,16,20,23	Salatplatte* mit Hähnchenbrust dazu Dressing kJ: 2010 kcal: 388KH: 11,6 BE: Fett: 9,8 ZS: 1,2,7,10,13a,16,200	Feiertag		Bunter Salat mit Schweinebraten dazu Dressing kJ: 2015 kcal: 482KH: 18,2 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Schwalmtaler Salat 1 Frikadelle und Dressing kJ: 2010 kcal: 426KH: 21,0 BE: Fett: 16,3 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Täglich für Sie—frisch zubereitet und verzehrshieß geliefert!	
Menü 4 Vegetarisch—grün 9,25 €	Currylinsen* mit Kokosmilch und Reis kJ: 2675 kcal: 640KH: 75,0 BE: Fett: 20,4 ZS: 7,10,13a,16	Gemüselasagne mit Tomatensoße kJ: 2770 kcal: 662KH: 73,0 BE: Fett: 23,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,17,22	Bunter Gemüseintopf* kJ: 1530 kcal: 365KH: 12,2 BE: Fett: 12,8 ZS: 13a	Bratkartoffelpfanne* mit Gemüse kJ: 1876 kcal: 448KH: 28,0 BE: Fett: 29,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19,22	Gek. Eier* mit Püree und Spinat kJ: 1876 kcal: 448KH: 28,0 BE: Fett: 32,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,17,22	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 €	Spaghetti* mit Tomatensoße kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	Apfelstrudel* mit Vanillesoße kJ: 1930 kcal: 461KH: 18,5 BE: Fett: 19,5 ZS: 7,10,13a,16	Feiertag		Frikadelle Puzsta-Art mit Bratkartoffeln kJ: 2246 kcal: 468KH: 45,2 BE: Fett: 21,6 ZS: 5,13a,16			Bauernhackfleischtopf mit Paprika, Tomaten, Bohnen, Karotten, Kartoffeln kJ: 2272 kcal: 542KH: 21,0 BE: Fett: 16,8 ZS: 13a, 16
Menü 6 Diabetiker—rot 9,25 €	Hühnersuppentopf* mit Gemüse und Kartoffeln kJ: 1310 kcal: 305KH: 26,8 BE: 3,0 Fett: 8,2 ZS: 13a,19	Rostbratwurst mit herzhafter Soße, Kohlrabi und Kartoffeln kJ: 2122 kcal: 507KH: 23,7 BE: 3,0 Fett: 28,3 ZS: 6,13a,16	Hühnerfrikassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis kJ: 1875 kcal: 448KH: 29,2 BE: 3,0 Fett: 12,4 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a	Fleischkäse mit Sauerkraut und Püree kJ: 2127 kcal: 508KH: 27,9 BE: 3,0 Fett: 19,5 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,16,20	Zwiebel-Senf-Braten v. Schwein mit Blumenkohl und Püree kJ: 2098 kcal: 501KH: 17,8 BE: 3,0 Fett: 7,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	Blumenkohl-Eintopf mit Frikadelle kJ: 1678 kcal: 377KH: 27,5 BE: 2,5 Fett: 16,4 ZS: 13a,16	Rinderschmorbraten mit Rotkohl und Kartoffeln kJ: 1898 kcal: 445KH: 20,3 BE: 3,0 Fett: 19,5 ZS: 2,7,13a,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 = 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.