

	Menü 1 - Silber 6,65 € als Mini-Menü 6,40 €	Menü 2 Gourmet—blau 7,15 €	Menü 3 Salate 6,65 €	Menü 4 Vegetarisch—grün 6,65 €	Menü 5 lila 6,65 €	Menü 6 Diabetiker—rot 6,65 €
Mo 13.07.	Schnittbohnen-Eintopf mit Fleischwurst kJ: 1750 kcal: 418KH: 31,0 BE: Fett: 23,8 ZS: 6,13a,16,19,20	Putenkeule* mit Apfel-Rotkohl und Salzkartoffeln kJ: 2232 kcal: 533KH: 31,0 BE: Fett: 11,7 ZS: 2,7,13a,16	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse Dressing kJ: 1980 kcal: 473KH: 31,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,7,13a,16,19,20	2 veg. Frikadellen* mit fruchtiger Tomatensoße und Nudeln kJ: 2109 kcal: 462KH: 27,7 BE: Fett: 15,7 ZS: 2,7,10,13a,16,22	Blaubeerpfannkuchen* mit Vanillesoße kJ: 2440 kcal: 680KH: 30,0 BE: Fett: 30,0 ZS: 7,10,13a,16,	Schnittbohnen-Eintopf mit Fleischwurst-Einlage kJ: 1541 kcal: 368KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 17,2 ZS: 6,13a,16,20
Di 14.07.	Rührei* mit Rahmkarotten und Püree kJ: 1922 kcal: 451KH: 25,4 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Schweinelachsschnitzel Jäger-Art mit Spätzle und Schwalmtaler-Salat kJ: 2312 kcal: 546KH: 25,6 BE: Fett: 23,0 ZS: 7,10,13a,16	Salatplatte* mit Hähnchenbrust Dressing kJ: 1228 kcal: 285KH: 16,5 BE: Fett: 19,0 ZS: 7,10,,13a,16,20	Gemüseschnitte* an Kräutersoße und Püree kJ: 2380 kcal: 568KH: 18,4 BE: Fett: 30,8 ZS: 2,5,7,10,13a,16	1/2 Hähnchen* mit Apfelmus 1 Brötchen kJ: 2317 kcal: 570KH: 35,0 BE: Fett: 30,4 ZS: 2,10,13a,16,19	Rührei mit Rahmkarotten und Püree kJ: 1855 kcal: 442KH: 22,3 BE: 2,5 Fett: 34,5 ZS: 2,3,5,,13a,16,20
Mi 15.07.	Hähnchen-Cordon-bleu* mit Rosenkohl und Kartoffeln kJ: 2174 kcal: 486KH: 31,5 BE: Fett: 21,0 ZS: 10,13a,20	Champignon-Leber-Pfanne mit Kartoffelpüree kJ: 1892 kcal: 445KH: 43,4 BE: Fett: 12,0 ZS: 2,3,5,13a,16	Salatplatte mit Thunfisch Dressing kJ: 2175 kcal: 518KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16,20	Champignons al creme* mit Butternudeln kJ: 2346 kcal: 561KH: 25,6 BE: Fett: 30,8 ZS: 7,13a,16,	Sauerkrautauflauf mit Mettwurst und Kartoffeln kJ: 2220 kcal: 530KH: 30,0 BE: Fett: 30,5 ZS: 6,10,13a,16,19	Hähnchen-Cordon-bleu* mit Rosenkohl und Kartoffeln kJ: 2110 kcal: 473KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 20,0 ZS: 10,13a,20
Do 16.07.	Rindergulasch* mit Pfefferrahmsoße Kartoffeln und Krautsalat kJ: 2110 kcal: 504KH: 54,4 BE: Fett: 36,4 ZS: 5,13a,16	Kasslerbraten auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree kJ: 2007 kcal: 328KH: 16,8 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,2,3,13,16	Hähnchenschnitzel* mit Nudelsalat kJ: 2410 kcal: 416KH: 25,0 BE: Fett: 19,7 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Linseneintopf* mit Kartoffeln und Gemüse kJ: 1916 kcal: 408KH: 28,0 BE: Fett: 35,4 ZS: 13a,19,22	Hähnchencurry* mit Rösti-Ecken kJ: 2021 kcal: 478KH: 61,0 BE: Fett: 10,0 ZS: 5,7,17,13a,16	Rindergulasch* mit Pfefferrahmsoße Salzkartoffeln und Krautsalat kJ: 2077 kcal: 496KH: 36,8 BE: 3,5 Fett: 34,2 ZS: 5,13a,16
Fr 17.07.	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat kJ: 1947 kcal 485 KH: 26,3 BE: Fett: 20,8 ZS: 1,7,12,13a,17,19,21,23	Hähnchen-Gemüse-Pfanne* mit Reis kJ: 1462 kcal: 351KH: 54,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,7,13a,16,22	Salat Hawaii mit Schinken und Ananas Dressing kJ: 1530 kcal: 363KH: 10,0 BE: Fett: 11,5 ZS: 1, 7,10,13a,16,20	Gemüselasagne* mit Tomatensoße kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 17,4 ZS: ,7,10,13a,16,	Nürnberger Würstchen mit Wirsinggemüse und Püree kJ: 2098 kcal: 501KH: 51,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,3,5,7,13a,16,22	Hähnchen-Gemüse-Pfanne* mit Reis kJ: 1437 kcal: 348KH: 46,3 BE: 3,0 Fett: 7,6 ZS: 2,5,7,10,13a,17,19,21,23
Sa 18.07.	Pichelsteiner-Eintopf* mit Hackbällchen (Geflügel) kJ: 1243 kcal: 297KH: 39,5 BE: Fett: 9,2 ZS: 13a,16, 20	Schnitzel vom Schwein mit gem. Gemüse und Püree kJ: 1909 kcal: 452KH: 27,7 BE: Fett: 25,7 ZS: 2,3,7,10,13a,16	Täglich für Sie - frisch zubereitet und verzehrheiß geliefert!			Pichelsteiner-Eintopf* mit Hackbällchen (Geflügel) kJ: 1156 kcal: 276KH: 39,5 BE: 2,5 Fett: 6,0 ZS: 13a,16,20
So 19.07.	Rinderschmorbraten* mit Broccoli und Salzkartoffeln kJ: 1955 kcal: 443KH: 17,7 BE: Fett: 9,5 ZS: 13a,16	Schweinegulasch mit Rotkohl und Püree kJ: 2064 kcal: 493KH: 39,5 BE: Fett: 10,7 ZS: 2,3,5,13a,16	Bestellen Sie jetzt und genießen Sie!			Schweinegulasch mit Rotkohl und Püree kJ: 1658 kcal: 396KH: 17,7 BE: 3,0 Fett: 7,2 ZS: 13
			Tel. 02306 910710 mahlzeitendienst@caritas-luenen.de			
			Caritasverband Lünen-Selm-Werne e.V. Gertrud-Bäumer-Str. 5, 44534 Lünen			



Wir liefern Ihnen auch gerne glutenfreie Kost, passierte Kost und andere Sonderkostformen. 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.