


	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 14.06.	Gulaschsuppe mit Kartoffeleinlage kJ: 1038 kcal: 354KH: 26,2 BE: Fett: 16,8 ZS: 13a,16	Hähnchenbrust* mit Mischgemüse und Püree kJ: 2228 kcal: 480KH: 25,2 BE: Fett: 12,6 ZS: 2,3,4,5,7,13a,16,20	Salatplatte * mit Hähnchenspieß und Dressing kJ: 2010 kcal: 480KH: 11,6 BE: 0,0 Fett: 9,6 ZS: 7,13a,16,20	Apfelstrudel mit Vanillesoße kJ: 1930 kcal: 461KH: 18,3 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,10,13a,16	Spaghetti * mit Tomatensoße kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	Hähnchenbrust mit Mischgemüse und Püree kJ: 2196 kcal: 429KH: 21,8 BE: 3,0 Fett: 8,2 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20
Di 15.06.	Kohlroulade mit Specksoße und Püree kJ: 2479 kcal: 592KH: 18,9 BE: Fett: 29,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Schweinerahmgulasch mit Champignons und Nudeln kJ: 2433 kcal: 505KH: 49,4 BE: Fett: 25,4 ZS: 7,13a,16,20	Salatplatte* mit Nuggets und Dressing kJ: 1373 kcal: 328KH: 6,6 BE: Fett: 26,3 ZS: 1,2,7,10,13a,16,200	3 gek Eier* mit Spinat und Püree kJ: 1846 kcal: 441KH: 19,5 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,22	Rinderhacksteak* mit Balkangemüse und Röstzwiebelpüree kJ: 2010 kcal: 480KH: 68,1 BE: Fett: 14,5 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	Kohlroulade mit Specksoße und Püree kJ: 2231 kcal: 519KH: 18,7 BE: 3,0 Fett: 24,6 ZS: 2,3,5,7,13a,16,20
Mi 16.06.	Rostbratwurst mit herzhafter Soße und Rotkohl mit Salzkartoffeln kJ: 2318 kcal: 553KH: 17,4 BE: Fett: 38,2 ZS: 6,7,10,13a,16,20	Gekochtes Rindfleisch* in Meerrettichsoße Salzkartoffeln und Rote-Beete-Salat kJ: 2211 kcal: 528KH: 26,9 BE: Fett: 15,6 ZS: 7,13a,16,20	Bunter Salat* mit Hähnchenbrust und Dressing kJ: 2010 kcal: 480KH: 18,0 BE: Fett: 9,8 ZS: 7,10,13a,16,20	Bunter Gemüseeintopf* Nachtisch kJ: 365 kcal: 1530KH: 12,2 BE: Fett: 12,8 ZS: 13a,16,	Gemüse-Kartoffel-Auflauf mit Schinkenstreifen kJ: 2064 kcal: 495KH: 38,8 BE: Fett: 28,8 ZS: 1,3,5,10,13a,19	Rostbratwurst mit herzhafter Soße, Rotkohl und Salzkartoffeln kJ: 1911 kcal: 456KH: 12,2 BE: 3,0 Fett: 22,4 ZS: 6,10,13a,16,20
Do 17.06.	Fru. Hackfleisch Bolognese mit Nudeln und Schwalmtaler Salat kJ: 2160 kcal: 516KH: 58,7 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,13a,16	Hühnerfrikassee * mit Spargel und Champignons dazu Reis kJ: 1892 kcal: 452KH: 35,4 BE: Fett: 19,4 ZS: 7,10,13a,16,20	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse dazu Dressing kJ: 1243 kcal: 473KH: 11,2 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Veg. Bolognese* mit Nudeln und Salat kJ: 1876 kcal: 448KH: 51,0 BE: Fett: 32,5 ZS: 7,10,13a,16,17,22	Gyros mit Reis und Tomatensoße kJ: 2112 kcal: 441KH: 32,0 BE: Fett: 28,5 ZS: 5,13a,16,	Hühnerfrikassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis kJ: 2098 kcal: 501KH: 31,9 BE: 3,0 Fett: 19,5 ZS: 7,10,13a,16,20
Fr 18.06.	Pan. Schollenfilet* mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat kJ: 1987 kcal: 465KH: 56,7 BE: Fett: 15,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19,20	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	Schwalmtaler Salat 1 Frikadelle und Dressing kJ: 2010 kcal: 426KH: 21,0 BE: Fett: 16,3 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Gemüsefrikadelle* mit Röstzwiebelpüree und Käsesoße kJ: 2007 kcal: 475KH: 52,0 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19,20,22	Bauernhackfleischtopf mit Paprika, Tomaten Bohnen, Karotten+Kartoffeln kJ: 2272 kcal: 542KH: 21,0 BE: Fett: 16,8 ZS: 13a, 16	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
Sa 19.06.	Blumenkohl-* Rinderhack-Eintopf mit Kartoffeln kJ: 1792 kcal: 398KH: 28,0 BE: Fett: 18,3 ZS: 13a,16	Frikadelle mit Rahmwirsing und Püree kJ: 2031 kcal: 485KH: 15,6 BE: Fett: 31,5 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	<p>Täglich für Sie - frisch zubereitet und verzehrheiß geliefert!</p> <p>Bestellen Sie jetzt und genießen Sie!</p> <p>Tel. 02306 910710 mahlzeitendienst@caritas-luenen.de</p> <p>Caritasverband Lünen-Selm-Werne e.V. Gertrud-Bäumer-Str. 5, 44534 Lünen</p>			Blumenkohl-* Rinderhack-Eintopf mit Kartoffeln kJ: 1578 kcal: 377KH: 30,5 BE: 2,5 Fett: 16,4 ZS: 13a,16
So 20.06.	Jägerschnitzel mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln kJ: 2361 kcal: 564KH: 21,3 BE: Fett: 27,5 ZS: 10,13a,16,20	Rinderschmorbraten* mit buntem Gemüse und Püree kJ: 1913 kcal: 458KH: 18,3 BE: Fett: 16,2 ZS: 1,2,3,5,13a,16				<p>Rufen Sie einfach an!</p> <p>www.caritas-luenen.de</p> 

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=Proteinheiten unter Berücksichtigung der berechnungspflichtigen Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate.