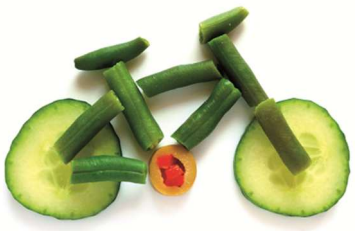
ESSEN AUF RÄDERN



Ihr Menüdienst vom Roten Kreuz

Speisekarte

vom 12.10. bis 18.10.2026

(Änderungen vorbehalten!)

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Wanzleben e.V.
039409 – 93460
Mo - Fr 7 - 14 Uhr

Unsere Menüs (Vollkost und Schonkost) sind auch für Diabetiker geeignet!
Menüpreis inkl. Dessert: 7,80€/Port. zuzüglich Lieferpauschale

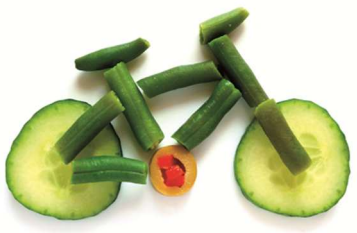
	Vollkost Menü 1	**Schonkost** Menü 2
Montag 12.10.	**Linsensuppe** **Kassler** C, I, L,G Dessert: **Fruchtquark** Kj:2094; Kcal: 500; E: 28; F:8,3; KH:43,5; S:1; BE: 3,5	**Kartoffel-Blumenkohl Auflauf** mit Kochschinken C,E,F,G,N,I,L Dessert: **Fruchtquark** Kj:2260; Kcal: 540; E:29; F:18; KH: 48; S:4; BE:4
Dienstag 13.10.	**Geschnetzeltes Gyros Art** mit Reis E,I,F,G,I, L Dessert: **Rote Grütze mit Vanillesoße** Kj:2918; Kcal: 697; E:27; F:15; KH: 67; S:15; BE:5,5	**Gefüllte Zucchini** mit Parmesankartoffeln und Tomatensoße G,L,I Dessert: **Rote Grütze mit Vanillesoße** Kj:2553; Kcal: 610; E:27; F:28; KH: 51; S:1,9; BE:4
Mittwoch 14.10.	**Mini Hackbraten mit Käse kern** mit Möhrengemüse und Kartoffeln C,G I,J, L,K Dessert: **Obst** Kj:1904; Kcal:455; E:2,8; F:12; KH:45,2; S:2,8; BE:3,8	**Grießbrei** mit Kirschen A,A1,G, Dessert: **Obst** Kj:2343; Kcal:560; E:6,4; F:22; KH:86; S:1,5; BE:7,1
Donnerstag 15.10.	**Kassler Steak** mit Knuspriger senf-Zwiebel-Haube und Schupfnudeln L Dessert: **Fruchtquark** Kj:2244; Kcal: 536; E:24,5; F:24; KH:37; S:2;BE:3,1	**Nudeln mit Tomatensoße** A,A1,C,E,F,G,I Dessert: **Fruchtquark** Kj:2009; Kcal:480; E:45; F:15; KH;22 S:2;BE:7,85
Freitag 16.10.	**Mediterran gebackene Fischfilets** mit Pfannengemüse und Kartoffeln I,D,I,E,G Dessert: **Obst** Kj:2051; Kcal: 490; E:25; F:19; KH:36; S:2; BE:3	**Rührei** mit Spinat und Kartoffeln C,G Dessert: **Obst** Kj:1670; Kcal:399; E:18; F:15; KH:32; S:2 ;BE:2,8
Samstag 17.10.	**Gulaschsuppe** mit Kartoffeln G,I,L Dessert: **Erdbeerjoghurt** Kj:2353; Kcal: 562; E:42; F:19,9; KH: 41; S:1,5; BE:3,8	
Sonntag 18.10.	**Rinderroulade** mit Mischgemüse und Kartoffeln G,I,J Dessert: **Kuchen** Kj:2093; Kcal:500; E:40; F:15; KH:54; S:2; BE:4,5	

Zusatzstoffe: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 Phosphat, 8 Süßungsmittel, 9 enthält eine Phenylalaninquelle, 10 zuckerreduziert

Allergene: A haltiges Gluten((A1Weizen,A2Roggen,A3Gerste,A4Hafer,A5Dinkel,A6Karrut)B Krebstiere, C enthält Hühnerei, D, Fisch E Erdnüsse Soja, G Milch & Milcherzeugnisse, H Schalenfrüchte(H1Mandeln,H2Haselnüsse,H3Walnüsse,H5Pecanüsse,H6Paranüsse,H7Pistazien, I Sellerie, J Senf, K Sesamsamen, L Schwefeldioxid, M Lupine, N Weichtiere & Erzeugnisse

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

ESSEN AUF RÄDERN



Ihr Menüdienst vom Roten Kreuz

Speisekarte

Vom 19.10. bis 25.10.2026

(Änderungen vorbehalten!)

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Wanzleben e.V.
039409 – 93460
Mo - Fr 7 - 14 Uhr

Unsere Menüs (Vollkost und Schonkost) sind auch für Diabetiker geeignet!
Menüpreis inkl. Dessert: 7,80€/Port. zuzüglich Lieferpauschale

	Vollkost Menü 1	**Schonkost** Menü 2
Montag 19.10.	**Steckrübensuppe** mit Kasseler L,I Dessert: **Obst** Kj:1436; Kcal:343; E:2; F:8; KH:45; S:2;BE:3,75	**Gabel-Spaghetti** mit Bolognese Soße A,A1,C Dessert: **Obst** Kj:2022; Kcal: 483; E:18;F:11;KH:82;S:1,7;BE:6,8
Dienstag 20.10.	**Leberkäse** mit Zweibelsoße und Kartoffelpüree A,A1.G,C,H1,H2,H3,H7,J Beilage: **Rote Beete** Kj:2993; Kcal: 715; E:28; F:50; KH:40; S:1,4;BE:3,3	**Eierragout** mit Salzkartoffeln C,G Beilage: **Rote Beete** Kj:1507; Kcal:360; E:8; F:5; KH:43; S:1,6;BE: 3,58
Mittwoch 21.10.	**Kartoffeltaschen** Mit Frischkäse-Kräuterfüllung und Rahmgemüse G,C,I,J Dessert: **Apfel** Kj:3182; Kcal:760; E:13; F:30; KH:74; S:1,9 BE:	**Hefeklöße** mit Vanillesoße A,A1,C,G Dessert: **Apfel** Kj:2300; Kcal:550; E: 17,5; F:5; KH:114; S:1 BE:9,5
Donnerstag 22.10.	**Fleischbällchen** mit Paprikagemüse Tomatensoße und Kartoffeln A,A1,C,J Dessert: **Fruchtquark** Kj:2926; Kcal: 699; E:18; F:15; KH: 59; S:2,8; BE:4,92	**Graupensuppe** mit Mettwürstchen A,A1,E,C,I Dessert: **Fruchtquark** Kj:2047; Kcal:489; E:7,5; F:7; KH:43; S:2 BE:3,58
Freitag 23.10.	**Hähnchenkeule** mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln A1,A,D,I Dessert: **Pudding** Kj:2386; Kcal:570; E:12; F:21; KH:89; S:1,9 BE:7,41	**Gedünstetes Fischfilet „Frankfurter Art“** mit Gemüse, Kräutersoße und Kartoffeln D,G,I Dessert: **Pudding** Kj:1507; Kcal: 360; E:16; F:6; KH: 63; S:1,5; BE:5,25
Samstag 24.10.	**Käse-Lauch-Suppe** mit Hackfleisch G Dessert: **Kuchen** Kj:1004; Kcal:240; E:24;F:7;KH:62; S:1,9;BE:5,16	
Sonntag 25.10.	**Schweinekotelett mit Zwiebel-Kruste** mit Blumenkohl und Kartoffeln G,J Dessert: **Fruchtjoghurt** Kj:1339; Kcal: 320; E:28; F:12; KH: 49;S:3; BE:4	

Zusatzstoffe: 1 Farbstoff, 2 Konservierungsstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 Geschmacksverstärker, 5 geschwefelt, 6 geschwärzt, 7 Phosphat, 8 Süßungsmittel, 9 enthält eine Phenylalaninquelle, 10 zuckerreduziert

Allergene: A haltiges Gluten((A1Weizen,A2Roggen,A3Gerste,A4Hafer,A5Dinkel,A6Karrut) B Krebstiere, C enthält Hühnerei, D, Fisch E Erdnüsse Soja, G Milch & Milcherzeugnisse, H Schalenfrüchte(H1Mandeln,H2Haselnüsse,H3Walnüsse,H5Pecanüsse,H6Paranüsse,H7Pistazien, I Sellerie, J Senf, K Sesamsamen, L Schwefeldioxid, M Lupine, N Weichtiere & Erzeugnisse

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

ESSEN AUF RÄDERN

Ihr Menüdienst vom Roten Kreuz

Bestellschein

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Wanzleben e.V.
039409 – 93460
Mo - Fr 7 - 14 Uhr

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	Vollkost - Menü 1 (7,80 € zuzüglich 1x Lieferpauschale Ort)	Schonkost – Menü 2 (7,80 € zuzüglich 1x Lieferpauschale Ort)
KW 42	**12.10.2026 bis 18.10.2026**	
Montag	☐	☐
Dienstag	☐	☐
Mittwoch	☐	☐
Donnerstag	☐	☐
Freitag	☐	☐
Samstag	☐	nicht wählbar
Sonntag	☐	nicht wählbar
KW 43	**19.10.2026 bis 25.10.2026**	
Montag	☐	☐
Dienstag	☐	☐
Mittwoch	☐	☐
Donnerstag	☐	☐
Freitag	☐	☐
Samstag	☐	nicht wählbar
Sonntag	☐	nicht wählbar

Name: .....

Straße: .....

PLZ/Ort: .....

Telefon: .....

Kundennummer: .....

Rechnungslegung: ☐Lastschrift ☐Überweisung

.....
Unterschrift