



## Essen auf Räder

Wo Menschlichkeit zu Hause ist.

Woche: 12 Montag, 16. März 2026

Sonntag, 22. März 2026

|                                                                                           | Normalkost                              |   |   |   |   | Schonkost                   |   |   |   |   | Abendessen/Frühstück täglich |   |   |   |   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---|---|---|---|-----------------------------|---|---|---|---|------------------------------|---|---|---|---|
| <b>Montag</b><br><b>16.03.2026</b><br><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>                 | Rindsuppe mit Einlage                   | A | C | L | F | Rindsuppe mit Einlage       | A | C | L | F | Butter                       | G |   |   |   |
|                                                                                           | Gebackenes Putenschnitzel               | A | C |   | F | Putenragout mit             | A | F | L | O | Marmelade                    |   |   |   |   |
|                                                                                           | Petersilienerdäpfel                     | L |   |   |   | Pastinaken & Karotten       | L |   |   |   | Yoghurt / Käse               | G |   |   |   |
|                                                                                           | Gurkensojarahmsalat                     | F | O |   |   | Gerührter Polenta           | L |   |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
| <b>Dienstag</b><br><b>17.03.2026</b><br><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>               | Gemüsecremesuppe                        | A | L | F |   | Gemüsecremesuppe            | A | L | F |   | Butter                       | G |   |   |   |
|                                                                                           | Faschierter Braten, Saft                | A | C | L | M | Gekochtes Rindfleisch       | L |   |   |   | Marmelade                    |   |   |   |   |
|                                                                                           | Kartoffelpüree                          | F | L |   |   | Cremespinat                 | A | L | F |   | Yoghurt / Käse               | G |   |   |   |
|                                                                                           | Kohlrabi-Karottengemüse                 | L |   |   |   | Salzkartoffeln              | L |   |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
| <b>Mittwoch</b><br><b>18.03.2026</b><br><b>Veggy</b><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>   | Parvesuppe mit Grieß und Ei             | A | C | L | F | Parvesuppe mit Grieß und Ei | A | C | L | F | Butter                       | G |   |   |   |
|                                                                                           | Krautfleckerl                           | A | C | L | F | Hartweizenpasta             | A | L |   |   | Marmelade                    |   |   |   |   |
|                                                                                           | Grüner Salat                            | O |   |   |   | Melanzani al olio           | L |   |   |   | Yoghurt / Käse               | G |   |   |   |
|                                                                                           | Frenchdressing                          | C | F | O |   | Zucchini an Tomatensauce    | L |   |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
| <b>Donnerstag</b><br><b>19.03.2026</b><br><b>Fleischig</b><br><b>Fisch</b><br><b>OBST</b> | Spinatcremesuppe                        | A | F | L |   | Spinatcremesuppe            | A | F | L |   | Butter                       | G |   |   |   |
|                                                                                           | Gebratenes Lachsfilet, Dill-Safransauce | A | D | L | F | Pochiertes Lachsfilet       | D |   |   |   | Marmelade                    |   |   |   |   |
|                                                                                           | Broccoli-Karfiolgemüse                  | L |   |   |   | Limettensauce               | A | F | L |   | Yoghurt / Käse               | G |   |   |   |
|                                                                                           | Petersilienkartoffel                    | L |   |   |   | Basmatireis                 | L |   |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
| <b>Freitag</b><br><b>20.03.2026</b><br><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>                | Barches                                 | A | N |   |   | Barches                     | A | N |   |   | Schabbesteller               |   |   |   |   |
|                                                                                           | Thunfischtatar                          | A | C | D | F | Kalbsojarahmragout          | A | F | L | O | Aufschnitt                   | A | C | M | N |
|                                                                                           |                                         | M | L | O |   | Teigwaren                   | A | C | L |   | Oliven                       |   |   |   |   |
|                                                                                           | Esterhazy Rostbraten                    | A | L | F | O | Schonkostgemüse             | L |   |   |   | Gurken                       | M |   |   |   |
| <b>Samstag</b><br><b>21.03.2026</b><br><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>                | Bratkartoffeln                          | L |   |   |   | Sojajoghurt mit Leinsamen   | O |   |   |   | Humus                        | N |   |   |   |
|                                                                                           | Erdbeercreme                            | O | F |   |   | und Früchten                |   |   |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
|                                                                                           | Barches, Klare Hühnersuppe              | A | F | L | N | Barches, Klare Hühnersuppe  | A | F | L | N | Butter                       | G |   |   |   |
|                                                                                           | Kalbsragout                             | A | L | F | M | Geschmortes Rindsschnitzel  | A | L | F | M | Marmelade                    |   |   |   |   |
| <b>Sonntag</b><br><b>22.03.2026</b><br><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>                | Teigwaren                               | A | C | L |   | Natursaft                   | L |   |   |   | Yoghurt / Käse               | G |   |   |   |
|                                                                                           | Tscholent u. Kigel (Bestellung)         | A | O | L | C | Salzkartoffeln              | L |   |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
|                                                                                           | Fruchtmus Marille                       | O |   |   |   | Fruchtmus Marille           | O |   |   |   | Obst                         |   |   |   |   |
|                                                                                           | Wiener Kartoffelsuppe                   | A | L | F |   | Wiener Kartoffelsuppe       | A | L | F |   | Butter                       | G |   |   |   |
| <b>Sonntag</b><br><b>22.03.2026</b><br><br><b>Fleischig</b><br><b>OBST</b>                | Hühnersaftschnitzel                     | A | L | F | O | Kalbsrollbraten             | A | L | O |   | Marmelade                    |   |   |   |   |
|                                                                                           | Gemüserieis                             | L |   |   |   | Natursaft                   | L |   |   |   | Yoghurt / Käse               | G |   |   |   |
|                                                                                           | Grüner Salat                            | O |   |   |   | Gemüserieis                 | L | F |   |   | Brot                         | A | N |   |   |
|                                                                                           |                                         |   |   |   |   |                             |   |   |   |   | Obst                         |   |   |   |   |

|                         |   |               |   |                |   |         |   |
|-------------------------|---|---------------|---|----------------|---|---------|---|
| Glutenhaltiges Getreide | A | Erdnuss       | E | Schalenfrüchte | H | Sesam   | N |
| Ei                      | C | Soja          | F | Sellerie       | L | Sulfite | O |
| Fisch                   | D | Milch-Lactose | G | Senf           | M | Lupinen | P |