Deutsches Rotes Kreuz
MenüService
Kreisverband Trier Saarburg e.V.

Speiseplan 1

Bestellschein

Kalenderwoche

Tour: _____

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Ort: _____

Unterschrift: _____

	1	2	3	4	5
	Vorsuppe	apetito - Menüs serviert in einer weißen Menüschale			
	2,35 Euro	12,00 Euro	13,55 Euro	14,70 Euro	15,80 Euro
Montag	**Feine Frühlingssuppe mit Nudeln** G,Ei,S 1408	**Chili con Carne (mild abgeschmeckt)** vom Rind mit Langkornreis S 4030	**Saftige Gemüsefrikadelle** mit Möhren in Soße, dazu Petersilienkartoffeln G,Ei,Me,La 4387 L	**Seelachsfilet in einer Tomatensoße „Mediterrane Art" mit Grill-Gemüse** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu Kartoffelwürfel Fi 4406	**Rinderleber „Berliner Art"** mit fruchtiger Apfel-Zwiebel-Garnitur, dazu Stampfkartoffeln G,Me,La,S 4282
Dienstag	**Erbsencremesuppe** G,Me,La,S 1416 L	**Kartoffelsuppe „Holsteiner Art"** mit geschnittener Mettwurst vom Schwein 3,20,Me,La,S 4609	**Zartes Rindergeschnetzeltes** in feiner Soße mit Gemüse-Nudeln G,S,Sn 4275 L	**Geschnittene Filets vom Buntbarsch in Senf-Honig-Soße** (aus verantwortungsvoller Aquakultur) dazu eine Gemüsemischung mit Bohnen, Möhren und Romanesco und Salzkartoffeln Fi,Me,La,Sn 4494	**Schweinerückenbraten in Feinschmecker-Soße** dazu buntes Gemüse und Petersilienkartoffeln G,Me,La,S 4183
Mittwoch	**Schwäbische Flädlesuppe** G,Ei,Me,La,S 1405 L	**Buntes Spargelgemüse-Ragout** in feiner Soße, dazu Salzkartoffeln G,Me,La,S 4599 L	**Grillschnecke vom Schwein in Soße mit Speck** dazu Rübengemüse und Stampfkartoffeln 3,G,Ei,Me,La,S,Sn 4076	**Schlemmergeschnetzeltes vom Rind** in Paprika-Rahmsoße mit Gartengemüse und Bandnudeln G,Ei,Me,La,S 4273	**Deftiges Eisbeinfleisch** auf herzhaftem Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree 3,20,Me,La 4144
Donnerstag	**Rote Linsensuppe** mit Schnittlauch Me,La 1402	**Gefüllte Gemüseravioli** in einer Limetten-Rahmsoße G,Ei,Me,La 4571	**Zarte Hähnchenbrust** auf buntem Paprikagemüse und würzigen Kräuterkartoffeln 4759	**Schweineschnitzel in Rahmsoße** dazu Erbsen und Fingermöhren und Spätzle G,Ei,Me,La,S 4189 L	**Kap-Seehecht in feiner Honig-Senfsoße** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Frühlingsgemüse, dazu Kartoffel-Senf-Stampf Fi,Me,La,Sn 4432 L
Freitag	**Spargelcremesuppe mit Spargelstückchen** G,Me,La 1404 L	**Topfenknödel mit Nougatcremefüllung** dazu Vanillesoße und fruchtiges Himbeer-Erdbeer-Kompott G,Ei,Me,La,Sf 4500 L	**Rindergulasch** mit buntem Möhrengemüse und Salzkartoffeln 4226 L	**Geflügelbratwurst** in Soße mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse und Salzkartoffeln 3,Me,La,S,Sn 4767	**Seelachs in Kräutermarinade** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu rustikales Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln Fi 4407 L
Samstag	**Champignoncremesuppe** G,Me,La,S 1411 L	**Vegetarischer Kohlrabi-Steckrüben-Eintopf** mit Kartoffelwürfeln 4639 L	**Nudelpfanne „Asiatische Art"** mit Hähnchenbrust-stückchen G,Ei,Sb 4514	**Scholle „Finkenwerder Art"** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) garniert mit Speck und Shrimps, dazu Rahmkartoffeln 20,G,K,Fi,Me,La 4427	**Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art"** mit Brokkoli und Kräuterspätzle G,Ei,Me,La,S 4334
Sonntag	**Rinderkraftbrühe mit Eierstich** Ei,Me,La,S 1429 L	**Herzhafter Pfannkuchen mit Gemüsefüllung** dazu Erbsen „naturell" und kleine Kartoffeln mit Schale G,Ei,Me,La 4543 L	**Paniertes Schweineschnitzel mit pikanter Schaschlik-Soße** dazu Spiralnudeln 20,G,Sn 4131	**Hähnchen „Cordon bleu"** (aus Hähnchenbrustfleisch zusammengefügt), mit naturellen Erbsen und Möhren, dazu Frühlingspüree 20,G,Me,La 4770 L	**Ente „asiatische Art"** in pikanter süß-saurer Soße mit Thai-Reis Sb 4782

	1	2	3	4	5
Mo.	1	2	3	4	5
Di.	1	2	3	4	5
Mi.	1	2	3	4	5
Do.	1	2	3	4	5
Fr.	1	2	3	4	5
Sa.	1	2	3	4	5
So.	1	2	3	4	5

L = Leichte Vollkost ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35 g Fett)

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz ▽ = mit Alkohol = vegetarisch = Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g **Enthaltene Allergene:** Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fisch G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Trier Saarburg e.V.
Brunostraße 25 · 54329 Konz
Tel.: 0651 9 93 77 49
Fax: 0651 9 98 31 64
E-Mail: ear@kv-trier-saarburg.drk.de

... wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten

Bestellen Sie per Bestellschein oder per Telefon:
0651 9937749

Kreuzen Sie Ihre Wunsch-Menüs an und geben Sie den ausgeschnittenen Bestellschein bitte Ihrem Fahrer mit. Bitte füllen Sie das Adressfeld aus!

10 Empfehlungen für Senioren

1. *Bedarfsgerechte Kalorienzufuhr*
2. *Zufuhr lebensnotwendiger Nährstoffe*
3. *Ausreichend Calcium*
4. *Ausreichend Ballaststoffe*
5. *Vielseitige und abwechslungsreiche Lebensmittelauswahl*
6. *Regelmäßig essen*
7. *Ausreichend trinken*
8. *Nährstoffschonend zubereiten*
9. *Geschmackvoll würzen*
10. *Sich bewegen bringt Segen!*

Die leckeren Mahlzeiten unseres MenüService sind ein guter Beweis für Ihre gesunde und ausgewogene Ernährung!

Wir wünschen Ihnen

Guten Appetit!

Mit dem DRK HausNotrufService sind Sie nie allein

Unbeschwert leben. Mit Sicherheit.

Nutzen Sie unseren DRK- HausNotrufService:

- *Hilfe auf Knopfdruck*
- *kein Wählen mehr nötig*
- *Sprechen ohne den Hörer abzunehmen*
- *aus jeder Ecke der Wohnung*

So bleiben Sie selbstständig

*Das **DRK** bietet Ihnen*
mit dem HausNotrufService
in Ihren eigenen vier Wänden
Sicherheit und Service,
rund um die Uhr

Rufen Sie unseren Hausnotruf an, wir beraten Sie gerne!
Tel.: 0651 / 97093-23

Notrufnummern:

• *Polizei*	***110***
• *Rettungsdienst*	***112***
Krankentransporte	
Feuerwehr	

Die sonstigen Angebote des Roten Kreuzes

- ***Betreuungsverein***
- ***Sozialer Service***
- ***PflegeService***
  Unser Angebot der Pflege umfasst eine optimale Versorgung in Ihrer gewohnten Umgebung durch unsere Sozialstationen in:
  - *Saarburg*
  - *Trier*
  - *Hermeskeil*
  - *Waldrach*

  sowie
  - *Familienpflege*
  - *Häusl. Krankenpflege*
  - *Hauskrankenpflegekurs*
  - *Hauswirtschaftliche Versorgung*
  - *Kostenfreie neutrale Beratung durch die Pflegestützpunkte*
- ***ServiceWohnen in Konz***
- ***Kleidersammlung***
- ***Flucht, Migration und Integration***
- ***Rettungsdienst und Krankentransporte***
  Unsere Rettungswachen befinden sich in
  - *Hermeskeil*
  - *Konz*
  - *Pluwig*
  - *Zerf*
  - *Saarburg*
  - *Schweich*
  - *Trier-Ehrang*
- ***Aktiver Dienst (Bereitschaften)***
- ***Kinder, Jugend und Familie***
- ***Wasserwacht***
- ***DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück***
- *Helfen Sie uns helfen und werden Sie **Fördermitglied** im Roten Kreuz*

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Trier-Saarburg e.V.
Brunostraße 25 • 54329 Konz
Tel.: 06501/9292-0 • Fax 06501/9292-532
E-Mail: info@kv-trier-saarburg.drk.de
Web: www.kv-trier-saarburg.drk.de

Deutsches Rotes Kreuz
MenüService
Kreisverband Trier Saarburg e.V.

Speiseplan 2

Bestellschein

Kalenderwoche

Tour: _____

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

Ort: _____

Unterschrift: _____

	1	2	3	4	5
	Vorsuppe	apetito - Menüs serviert in einer weißen Menüschale			
	2,35 Euro	12,00 Euro	13,55 Euro	14,70 Euro	15,80 Euro
Montag	**Kartoffelsuppe** mit Petersilie S 1424 ● L	**Zwei Rinderfrikadellen in Bratensoße** mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree G,Ei,Me,La,S,Sn 4080 ● L	**Schweinegulasch „Hausfrauen Art"** mit Blumenkohl in Soße und Salzkartoffeln 20,G,Me,La,S 4164 ●	**Herzhaftes Rindersaftgulasch** mit Spätzle G,Ei 4249 ●	**Kap-Seehecht in Sauerrahmsoße** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) dazu eine bunte Gemüsemischung und Salzkartoffeln G,Fi,Me,La,S,Sn 4420 ● L
Dienstag	**Klare Festtagssuppe** G,Ei,Me,La,S 1407 ● L	**Goldgelbes Eieromelette in Käsesoße** mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Stampfkartoffeln G,Ei,Me,La,S 4554 ● L	**Kartoffel-Gemüse-Auflauf** mit Brokkoli, Möhren und Zwiebeln in heller Soße, mit Käse überbacken G,Ei,Me,La,S 4585 ●	**Gyros vom Schwein** auf Weißkohl-Gemüse, dazu Gemüsereis Sn 4138 ●	**Schweineschnitzel Cordon bleu** mit buntem Mischgemüse „naturell" und Kartoffelwürfeln in Käsesoße 3,20,G,Me,La,S 4182 ●
Mittwoch	**Erbsencremesuppe** G,Me,La,S 1416 ● L	**Hähnchenfilet „Gärtnerin Art" in Sahnesoße** mit Gemüseeinlage, dazu Langkornreis G,Me,La,S 4780 ● L	**Rindfleisch in Meerrettichsoße** mit Rote-Bete-Gemüse und Salzkartoffeln G,Me,La 4210 ● L	**Gegrillte Hähnchenkeule „Königin Art"** in feiner Soße mit Gemüse „Leipziger Allerlei" und Salzkartoffeln G,Me,La,S 4765 ● L	**Feiner Rinderbraten in dunkler Bratensoße** mit Kohlrabi-Erbsen-Gemüse in cremiger Soße, dazu Salzkartoffeln G,Me,La,S,Sn 4202 ● L
Donnerstag	**Schwäbische Flädlesuppe** G,Ei,Me,La,S 1405 ● L	**Rührei mit Spinat** und Salzkartoffeln Ei,Me,La 4565 ● L	**Spaghetti in Brokkoli-Käsesoße** mit buntem Gemüse G,Ei,Me,La 4598	**Sauerbraten „Fränkischer Art"** in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle G,Ei,Me,La,S 4255 ● L	**Gedünstetes Lachsfilet** (aus verantwortungsvoller Aquakultur) in Gurken-Rahmsoße, dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln G,Fi,Me,La,S 4411 ● L
Freitag	**Fruchtige Tomatencremesuppe** G,Me,La,S 1401 ● L	**Zwetschgenknödel** mit Vanillesoße, dazu fruchtiges Pflaumenkompott 10,G,Ei,Me,La 4524 ● L	**Fischstäbchen** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) mit Rahmspinat und Kartoffelpüree G,Fi,Me,La 4429 ● L	**Röstzwiebelschnitzel vom Schwein** dazu cremiges Weißkraut mit Möhren und Röstkartoffeln G,Me,La,S,Sn 4162	**Sauerbraten „Fränkischer Art"** in herzhafter Soße, dazu Rotkohl und Knöpflespätzle G,Ei,Me,La,S 4255 ● L
Samstag	**Rinderkraftbrühe mit Eierstich** Ei,Me,La,S 1429 ● L	**Klassischer Hühnersuppentopf** G,Ei 4621 ● L	**Klassischer Leberkäse** vom Rind und Schwein mit kräftiger Bratensoße, dazu Sauerkraut und Stampfkartoffeln 3,20,Me,La,S,Sn 4085 ●	**Alaska-Seelachsschnitte** (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Dill-Rahmsoße, dazu Erbsen und Fingermöhren und Salzkartoffeln Fi,Me,La,S,Sn 4419 ● L	**Putenmedaillons in Butter-Kräutersoße** mit Pariser Karotten und Salzkartoffeln G,Me,La,S,Sn 4751 ● L
Sonntag	**Spargelcremesuppe mit Spargelstückchen** G,Me,La 1404 ● L	**Gemüseeintopf nach „Gärtnerin Art"** mit frittierten Mettbällchen vom Schwein G,Ei,S 4612 ● L	**Zartes Gulasch vom Rind** in Champignonsoße, dazu Gemüse „Leipziger Allerlei" und Kartoffelklöße Ei,Me,La,S 4263 ● L	**Zarte Hähnchenfilets** in Kräuter-Sauerrahmsoße, dazu eine Gemüsemischung und Salzkartoffeln Me,La,S 4758 ● L	**Zartes Gulasch vom Hirsch** in feiner Rotweinsoße mit Pflaumen, dazu Rotkohl und Kartoffelklöße G,Ei,Me,La 4319

	1	2	3	4	5
Mo.	1	2	3	4	5
Di.	1	2	3	4	5
Mi.	1	2	3	4	5
Do.	1	2	3	4	5
Fr.	1	2	3	4	5
Sa.	1	2	3	4	5
So.	1	2	3	4	5

L = Leichte Vollkost ● = Menüs mit Informationen für Diabetiker (zuckerarm und höchstens 35 g Fett)

1 = mit Farbstoff 2 = konserviert 3 = mit Antioxidationsmittel 9 = mit Süßungsmittel(n) 10 = mit Zuckerart und Süßungsmittel 20 = mit Nitritpökelsalz = mit Alkohol = vegetarisch = Menüs mit mind. 25 g Eiweiß und einer Energiedichte von mind. 1 kcal/g **Enthaltene Allergene:** Ei = Eier E = Erdnüsse Fi = Fisch G = Gluten G1 = Weizen G2 = Roggen G3 = Gerste G4 = Hafer K = Krebstiere M = Milch (einschließlich Laktose) Me = Milcheiweiß La = Laktose S = Sellerie Sb = Soja Sd = Schwefeldioxid u. Sulfite Sf = Schalenfrüchte Sf1 = Mandeln Sf2 = Haselnüsse Sn = Senf Weitere Zutaten- und Nährwertinformationen gibt es unter www.apetito.de/artikelinfo oder telefonisch unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800 2738486. Hier können keine Bestellungen aufgegeben werden. Auf Wunsch senden wir Ihnen eine Liste unserer Menüs mit Kohlenhydrat- und BE-Angaben zu.

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Trier Saarburg e.V.
Brunostraße 25 · 54329 Konz
Tel.: 0651 9 93 77 49
Fax: 0651 9 98 31 64
E-Mail: ear@kv-trier-saarburg.drk.de

... wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!

Änderungen vorbehalten

Bestellen Sie per Bestellschein oder per Telefon:
0651 9937749

Kreuzen Sie Ihre Wunsch-Menüs an und geben Sie den ausgeschnittenen Bestellschein bitte Ihrem Fahrer mit. Bitte füllen Sie das Adressfeld aus!

10 Empfehlungen für Senioren

1. *Bedarfsgerechte Kalorienzufuhr*
2. *Zufuhr lebensnotwendiger Nährstoffe*
3. *Ausreichend Calcium*
4. *Ausreichend Ballaststoffe*
5. *Vielseitige und abwechslungsreiche Lebensmittelauswahl*
6. *Regelmäßig essen*
7. *Ausreichend trinken*
8. *Nährstoffschonend zubereiten*
9. *Geschmackvoll würzen*
10. *Sich bewegen bringt Segen!*

Die leckeren Mahlzeiten unseres MenüService sind ein guter Beweis für Ihre gesunde und ausgewogene Ernährung!

Wir wünschen Ihnen

Guten Appetit!

Mit dem DRK HausNotrufService sind Sie nie allein

Unbeschwert leben. Mit Sicherheit.

Nutzen Sie unseren DRK- HausNotrufService:

- *Hilfe auf Knopfdruck*
- *kein Wählen mehr nötig*
- *Sprechen ohne den Hörer abzunehmen*
- *aus jeder Ecke der Wohnung*

So bleiben Sie selbstständig

*Das **DRK** bietet Ihnen*
mit dem HausNotrufService
in Ihren eigenen vier Wänden
Sicherheit und Service,
rund um die Uhr

Rufen Sie unseren Hausnotruf an, wir beraten Sie gerne!
Tel.: 0651 / 97093-23

Notrufnummern:

• *Polizei*	***110***
• *Rettungsdienst*	***112***
Krankentransporte	
Feuerwehr	

Die sonstigen Angebote des Roten Kreuzes

- ***Betreuungsverein***
- ***Sozialer Service***
- ***PflegeService***
  Unser Angebot der Pflege umfasst eine optimale Versorgung in Ihrer gewohnten Umgebung durch unsere Sozialstationen in:
  - *Saarburg*
  - *Trier*
  - *Hermeskeil*
  - *Waldrach*

  sowie
  - *Familienpflege*
  - *Häusl. Krankenpflege*
  - *Hauskrankenpflegekurs*
  - *Hauswirtschaftliche Versorgung*
  - *Kostenfreie neutrale Beratung durch die Pflegestützpunkte*
- ***ServiceWohnen in Konz***
- ***Kleidersammlung***
- ***Flucht, Migration und Integration***
- ***Rettungsdienst und Krankentransporte***
  Unsere Rettungswachen befinden sich in
  - *Hermeskeil*
  - *Konz*
  - *Pluwig*
  - *Zerf*
  - *Saarburg*
  - *Schweich*
  - *Trier-Ehrang*
- ***Aktiver Dienst (Bereitschaften)***
- ***Kinder, Jugend und Familie***
- ***Wasserwacht***
- ***DRK-Bildungswerk Eifel-Mosel-Hunsrück***
- *Helfen Sie uns helfen und werden Sie **Fördermitglied** im Roten Kreuz*

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Trier-Saarburg e.V.
Brunostraße 25 • 54329 Konz
Tel.: 06501/9292-0 • Fax 06501/9292-532
E-Mail: info@kv-trier-saarburg.drk.de
Web: www.kv-trier-saarburg.drk.de