

Inhalt

So kochen wir täglich	03
Das bewusste Menü	06
Besondere Bedürfnisse	07
Einfach Genießen	09
Unsere Speisen	
Aus dem Suppentopf	11
Herzhaftes aus Österreich	15
Zartes vom Geflügel	19
Das Beste vom Rind	23
Feines vom Kalb	26
Köstliches vom Schwein	28
Spezialitäten vom Fisch	31
Nudeln, Nockerl & Co	34
Allerlei Gemüse	37
Feinste Salate	39
Süße Vielfalt	40
Jause für zu Hause	44
Genießen erlaubt	47
Breikost	49
Wochenkartons	53
Allergie- und Nährwertliste	57
Mit gutem Gewissen genießen	63
Notizen	64

Impressum

GMS GOURMET GmbH
Oberlaaer Straße 298, 1230 Wien, Telefon +43 (0)50 876, Fax: DW 5510,
info@gourmet.at, www.gourmet.at

Vertrieb Deutschland: 80333 München, Brienerstraße 23,
Bestellhotline: +49 (0)1805 55 1200

Dürfen wir uns vorstellen:



„Wir überlegen uns was Ihnen schmecken könnte.“

PETRA GRÖGLER, Produktmanagerin

Ich darf mir Gerichte ausdenken, die wir für Sie kochen. Wobei ich bei jeder Speise die Wünsche im Kopf habe, die uns laufend erreichen. Deshalb freue ich mich schon jetzt auf Ihre Meinung zur neuen Speisekarte. Haben wir Ihren Geschmack getroffen? Lassen Sie es mich wissen – jede Rückmeldung ist willkommen!

MARKUS STACHERL, Entwicklungskoch

In unserer Entwicklungsküche landen die Ideen im Topf. Es wird gekocht, verkostet, diskutiert, wieder gekocht, verkostet – so lange, bis die perfekte Rezeptur gefunden ist. Gemeinsam mit unseren Ernährungsexpertinnen achte ich darauf, dass die Gerichte auch gesund und ausgewogen sind. So interpretiere ich alte Kochtradition ganz neu – und verbinde den Geschmack von früher mit dem Wissen von heute.

So kochen wir täglich ...



„Wir holen stets das Beste für Sie heraus.“

JOSEF HOLECEK, Koch

Bei uns zählt noch echtes Küchenhandwerk, das macht mich stolz! Geschmacksverstärker, Farbstoffe und Konservierungsmittel kommen uns nicht in den Topf. Wir kochen täglich frisch, genau so wie daheim: mit guten Zutaten und viel Sorgfalt. Küchenhandwerk eben! Auch in Sachen Hygiene nehmen wir es ganz genau. So können Sie sicher sein.

HELGA CVITKOVICH-STEINER,
Leitung Marketing- & Produktmanagement

Vom Einkauf bis zum letzten Qualitätscheck überlassen wir nichts dem Zufall. Damit das funktioniert, sind wir eng abgestimmt: im Kernteam und darüber hinaus. Denn neben uns gibt es noch viele weitere Kolleginnen und Kollegen, die tagtäglich für Sie das Beste geben. Als Schnittstelle zwischen diesen Akteuren achte ich auf ein gutes Miteinander. Denn beim Reden kommen die Leut' zusammen!

... im Team für Sie

KARIN, mitverantwortlich, dass es schmeckt und gut tut



RIA, die treibende Kraft für diätetische Belange

„Wir bringen die Zutat Gesundheit ein.“

KARIN KIRSCHNER, Ernährungswissenschaftlerin

Keine Speise verlässt unsere Küche, ohne noch einmal kritisch beurteilt zu werden: Wir alle kosten uns täglich gemeinsam durch. Kompromisse kennen wir dabei keine. Nur wenn alle zufrieden sind, servieren wir die Speisen unseren Gästen. Neben Geschmack, Optik und Konsistenz müssen auch die Nährwerte passen. Das macht uns aus!

RIA LANG, Diätologin

Sie sind Diabetiker? Müssen auf Allergien oder Intoleranzen achten? Kämpfen mit Kau- und Schluckbeschwerden? Machen Sie sich keine Gedanken! Denn das tue ich. Ob die Zusammensetzung der Speisen, die Art der Zutaten, die Konsistenz, das Nährstoffprofil oder die Portionsgröße: Ich habe all diese Dinge für Sie im Auge. Selbst bei der Zubereitungsart stimme ich mich mit der Küche ab.

Das bewusste Menü – für die ausgewogene Ernährung.

Das tägliche Essen des Diabetikers sollte als abwechslungsreiche Mischkost genauso ausgewogen sein wie das des Nicht-Diabetikers. Wobei natürlich allen gängigen Empfehlungen für Diabetiker eine ganz besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird.

GOURMET setzt sich beim Thema Diabetes seit Jahren verstärkt für Aufklärung ein und arbeitet eng mit der Diabetes Initiative Österreich zusammen.



Weitere Informationen finden Sie auf www.diabetesinitiative.at

Das bewusste Menü unterstützt Sie bei einer ausgewogenen Ernährung. Die entsprechenden Speisen sind mit diesem Symbol gekennzeichnet:



Mit fünf Tipps gelingt es eine bewusste, genussvolle Ernährung in den Alltag zu bringen:

1. regelmäßige Mahlzeiten
2. sparsamer Umgang mit Fett
3. Ballaststoffe tanken
4. „sichtbaren“ Zucker reduzieren
5. 1 x pro Woche Fisch genießen

So einfach kann es sein, das Richtige für sich zu finden.

Sie haben besondere Bedürfnisse? Wir haben die passenden Speisen dazu. Um Ihnen die Auswahl zu erleichtern, sind sie mit klar verständlichen Symbolen gekennzeichnet.



Ohne der Zutat Laktose*

Trotz Milchzuckerunverträglichkeit kann man das Leben in vollen Zügen genießen. Vor allem mit unseren laktosefreien Gerichten.

* In den angebotenen Speisen liegt der Laktosegehalt bei <0,1 g Laktose pro 100 g.



Ohne der Zutat Gluten

Für Menschen mit Glutenunverträglichkeit: Diese Speisen enthalten kein Gluten, aber viel Geschmack.



Cholesterinarm

Für eine cholesterinbewusste Ernährung enthalten unsere Speisen weniger als 110 mg Cholesterin.



Leichte Kost

Schonend gekocht, mild gewürzt – ideal für Menschen mit Magen- und Darmproblemen.



Vegetarisch

Die angebotenen Speisen sind ohne Fleisch, Wurst und Fisch, jedoch mit Milch und Ei zubereitet (ovo-lacto-vegetarisch).

Und so einfach genießen Sie mit uns!

Herr Holecek empfiehlt:

„Bitte halten Sie sich genau an die Angaben im roten Rahmen. So gelingt Ihr Essen am besten. Zu kurzes oder zu langes Erwärmen schadet!“



Auswahl und Bestellung

Wählen Sie aus unserem vielfältigen Speisenangebot und stellen Sie so Ihre individuelle GOURMET-Woche zusammen. Oder entscheiden Sie sich für unsere praktischen Wochenkartons. Die Bestellung ist ganz einfach: Entweder bei Ihrem persönlichen Betreuer oder direkt bei uns.

Mindestbestellmenge: 1 Wochenkarton oder 7 einzelne Speisen.



Lieferung

Unsere Speisen werden direkt zu Ihnen nach Hause geliefert – bequemer geht es nicht! Sie sparen sich Zeit und mühsame Einkaufswege.



Lagerung

Bitte lagern Sie die angelieferten Speisen in Ihrem Tiefkühlfach oder Tiefkühlschrank bei -18 °C. So haben Sie immer Ihre Lieblingsspeise zu Hause vorrätig. Egal wann der Hunger kommt.



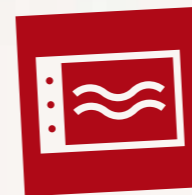
Zubereitung

Verwenden Sie die tiefgekühlten Speisen ohne Auftauen direkt aus dem Tiefkühlfach. Erwärmen Sie Ihre Lieblingspeise in der Originalverpackung entweder in der Mikrowelle oder im Heißluftofen.

WICHTIG: Stechen Sie die Deckelfolie vor dem Erwärmen mehrmals mit einer Gabel in jeder Kammer ein.

Auf einen Blick:

Für Menschen mit Allergien sind die Allergene im Zutatentext durch GROSSBUCHSTABEN leicht erkennbar.



Aufbereitung in der Mikrowelle

Neben diesem Symbol finden Sie die Watt- und Zeitangaben für die Zubereitung in der Mikrowelle. Erwärmen Sie die Speise anhand dieser Angaben.

Lassen Sie das Gericht nach Ende der Zubereitung ca. 1 Minute stehen und rühren Sie es bei Bedarf um. Vorsicht heiße Schale!



Aufbereitung im Heißluftofen

Neben diesem Symbol finden Sie die Temperatur- und Zeitangaben für die Zubereitung im Heißluftofen. Erwärmen Sie die Speise anhand dieser Angaben. Vorsicht heiße Schale!

Richten Sie die erwärmten Speisen auf einem Teller an und genießen Sie Ihre Mahlzeit – Guten Appetit!

Aus dem Suppentopf

23 02000 € 2,15

Leberknödelsuppe
Hausgemachte Rindsuppe mit
Leberknödel und Wurzelgemüse



230 g 99 kcal 0,5 BE

23 02009 € 1,80

Nudelsuppe
Kräftige Rindsuppe mit feinen
Fadennudeln und Schnittlauch



230 g 58 kcal 0,2 BE

23 02017 € 2,05

Grießnockerlsuppe
Klare Rindsuppe mit Grießnockerl



230 g 87 kcal 0,5 BE

23 02019 € 2,10

Frittatensuppe
Herzhafte klare Rindsuppe mit
Frittaten (beigepackt)



230 g 104 kcal 0,7 BE

23 02034 € 2,05

Gourmet-Gemüsesuppe
Cremig fein mit Obers
und Kräutern verfeinert



230 g 131 kcal 0,5 BE

23 02035 € 2,10

**Klare Geflügelsuppe
mit Reibteig
und Wurzelgemüse**



230 g 90 kcal 0,7 BE

23 02040 € 2,10

Kalbscremesuppe mit Semmelknödeleinlage
mit Obers verfeinert



230 g 193 kcal 1,2 BE

23 02070 € 1,80

Klare Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig
und Wurzelgemüse



230 g 53 kcal 0,2 BE

23 10043 € 2,05

Karottencremesuppe
Sämige Suppe aus frischen Karotten
mit einem Schuss Obers



230 g 106 kcal 0,7 BE



Suppe hat immer Saison

Nutzen Sie unsere Suppen nicht nur als Vorspeise für das Mittagessen, sondern auch als Kraftspender zwischendurch. Ob klar oder gebunden, leicht oder gehaltvoll – wir haben für jeden Geschmack und jeden Anlass die richtige Suppe.

23 02083 € 2,10

Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe
mit Obers verfeinert



230 g 124 kcal 1,2 BE

23 02096 € 2,05

Legierte Grießsuppe
Gemüsesuppe mit Grieß gebunden,
mit Obers und Ei verfeinert



230 g 106 kcal 0,5 BE

23 11051 € 2,85

Gulaschsuppe
Herzhafte Gulaschsuppe mit Rindfleisch



NEU



230 g 191 kcal 0,7 BE

23 11039 € 2,10

Knoblauchcremesuppe
Cremige Knoblauchsuppe
mit Obers und Kümmel verfeinert



NEU



230 g 198 kcal 0,9 BE

Herzhaftes aus Österreich

23 11047 € 5,75

Eiernockerl

Verbesserte Rezeptur: Jetzt noch saftiger!



360 g 562 kcal 3,6 BE

23 10156 € 6,80

Grammelknödel

auf Gabelkraut



415 g 635 kcal 2,9 BE

23 11050 € 6,40

Faschierter Braten

mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art
und Erbsen **Neue Beilage!**



430 g 576 kcal 2,6 BE

23 02479 € 6,80

Faschierte Laibchen

mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln



440 g 537 kcal 2,2 BE

23 02481 € 5,80

Ennstaler Bauernknödel

auf Speck-Sauerkraut



400 g 500 kcal 4,4 BE

23 10161 € 6,25

Szegediner Krautfleisch

mit Kümmelkartoffeln



460 g 529 kcal 2,3 BE

23 10147 € 6,55

Cevapcici

mit Letscho und Reis



420 g 571 kcal 3,4 BE

23 10167 € 6,90

Gefüllte Paprika
in Tomatensauce mit Salzkartoffeln



450 g 356 kcal 3,6 BE

23 10146 € 7,05

Berner Würstel
mit Petersilkkartoffeln und Gemüse



NEU



440 g 708 kcal 2,2 BE

23 10174 € 6,15

Serbisches Reisfleisch
Nach klassischer Rezeptur!



380 g 684 kcal 4,6 BE

23 10168 € 6,25

Polpetti
Faschierte Bällchen
in Tomatensauce mit Reis



NEU



420 g 580 kcal 5,5 BE

23 10175 € 6,90

Augsburger
mit Dillkartoffeln



400 g 500 kcal 2,4 BE

23 10160 € 5,70

Kartoffelgulasch
mit Waldviertler Wurst



400 g 324 kcal 2,0 BE

23 10171 € 6,50

Salonbeuschel
vom Kalb mit Serviettenknödeln



390 g 452 kcal 2,7 BE

23 11061 € 6,10

Würstel mit Saft
Ein echter Klassiker!



NEU



370 g 651 kcal 0,4 BE

Zartes vom Geflügel

23 11048

€ 6,70



Einmachhuhn
mit gedrehten Hörnchen
Neue Beilage!



450 g 522 kcal 4,5 BE

Unser Einmachhuhn

Ein Festtagsschmaus nach alt-österreichischer Art. Probieren Sie es mit der neuen Beilage aus!

23 01524

€ 7,05

Gebratene Putenbrust
im Natursaft mit Babykarotten
und Reis



400 g 380 kcal 3,6 BE

23 01562

€ 7,05

**Gebackenes
Hühnerbrustfilet**
mit zartem Gemüse und Butterkartoffeln



360 g 468 kcal 1,8 BE

23 01573

€ 6,75

Paprikahendragout
mit Spätzle



370 g 555 kcal 4,1 BE

23 01574

€ 6,75

Geröstete Leber
von der Pute mit Petersilkkartoffeln



410 g 381 kcal 2,9 BE

23 10098 € 7,70

Hühner Cordon Bleu mit Petersilkartoffeln



390 g 562 kcal 3,5 BE

23 01570 € 6,20

Gebratene Truthahnstücke im Gemüsesaft mit Semmelknödeln



340 g 459 kcal 2,4 BE

23 11066 € 7,00

Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art Neue Beilage!



400 g 404 kcal 2,0 BE



Alt bewährt und
neu gemacht

Ganz traditionell zubereitet,
schmeckt unser Kartoffelpüree
jetzt noch besser: Sorgfältig
ausgewählte Kartoffelsorten
werden mit Liebe gestampft.
Viel Milch, etwas Butter und
eine Prise Muskatnuss
machen den Rest.
So schmeckt Erinnerung!

23 02537 € 7,00

Hühnercurry mit Basmatireis



NEU



400 g 632 kcal 4,4 BE

23 10090 € 5,95

Gebratene Hühnerkeule im Natursaft mit Reis



390 g 667 kcal 3,1 BE

23 02564 € 7,50

Ausgelöstes Backhenderl mit Risipisi Zwei saftige Keulen - ganz ohne Knochen



340 g 785 kcal 5,1 BE

23 11053 € 7,10

Hühnerbrustfilet natur mit Spätzle und Mischgemüse



NEU



430 g 563 kcal 3,4 BE

Das Beste vom Rind

23 10057

€ 6,85

Rindsgulasch
mit Spätzle



410 g 627 kcal 4,0 BE



Ein echtes Rindsgulasch?

Mürb im Biss muss es sein – mit einem „Spiegel“, der den Saft erst ausmacht. Es braucht beste Zutaten, Sorgfalt und viel Zeit – nur dann wird es, so wie es sein muss.

23 11052

€ 7,90

Herzhafte Rindsroulade
mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art
Neue Beilage!



470 g 456 kcal 2,3 BE

23 01309

€ 7,80

Tafelspitz
mit Wurzelgemüse, Erdäpfelschmarren
und Semmelkren



440 g 387 kcal 2,2 BE

23 02150

€ 6,95

Gekochtes Rindfleisch
mit Cremespinat und Erdäpfelschmarren



360 g 468 kcal 1,8 BE

23 02188

€ 8,10

Altwiener
Zwiebelrostbraten
mit Bratkartoffeln



400 g 504 kcal 3,6 BE

23 10049 € 7,15

Esterhazy
Rindsgeschnetzeltes
mit Hörnchen und Wurzelgemüse



400 g 564 kcal 4,4 BE

23 11058 € 7,90

Rindsbraten
in Wurzelrahmsauce mit
Semmelknödeln



NEU



340 g 524 kcal 3,3 BE

23 11049 € 6,65

Faschierte Kalbsbutterschnitzel
mit Kartoffelpüree nach Großmutter's Art
und buntem Gemüse **Neue Beilage!**



450 g 451 kcal 2,7 BE

Feines vom Kalb

23 11063 € 7,60

Burgunder Rindsbraten
mit Krokette
Neue Beilage!



300 g 438 kcal 2,4 BE

23 02143 € 7,15

Rindsgeschnetzeltes
Stroganoff
in feiner Sauce mit Spätzle



400 g 500 kcal 4,0 BE

23 01341 € 7,20

Kalbsstelze ausgelöst
mit Reis und Naturgemüse



440 g 475 kcal 3,1 BE

23 02315 € 7,90

Kalbsrahmgulasch
mit Spätzle



460 g 667 kcal 3,7 BE

23 10081 € 7,55

Kalbsbraten
mit Reis und Babykarotten



410 g 476 kcal 3,3 BE

23 11055 € 7,30

Kalbsragout
mit Spiralen
Neue Beilage!



410 g 480 kcal 4,1 BE

23 10073 € 6,80

Steirisches Wurzelfleisch
mit Kümmelkartoffeln



425 g 425 kcal 1,7 BE

Köstliches vom Schwein

23 10080 € 7,30

Kalbfleisch
in Wurzelsauce mit Hörnchen



NEU



400 g 492 kcal 4,0 BE

23 01277 € 5,00

Schweinsgeschnetzeltes
in Champignon-Obersauce
mit Bandnudeln



380 g 581 kcal 4,2 BE

23 02246 € 6,50

Pariser Schnitzel
mit Risipisi



320 g 445 kcal 3,2 BE

23 02287 € 6,35

Klassischer Schweinsbraten
mit Serviettenknödel und
warmem Krautsalat



350 g 476 kcal 2,1 BE

23 10071 € 6,60

**Schweinschnitzel
gebacken**
mit Petersilkartoffeln



280 g 406 kcal 3,6 BE

23 10072 € 6,80

Surbraten
mit Kartoffelknödeln
und schlampigem Kraut



400 g 508 kcal 3,2 BE

23 11056 € 7,05

Naturschnitzel
mit Reis und Sonnengemüse
Neue Beilage!



430 g 486 kcal 3,4 BE

23 01258 € 7,00

Champignonrahmschnitzel
mit Kräuterris



390 g 515 kcal 3,9 BE

23 10069 € 6,25

Schweinspörkölt
mit Spätzle



370 g 725 kcal 4,8 BE

23 11045 € 7,65

Bauernschmaus
mit Sauerkraut und Semmelknödeln



NEU



430 g 671 kcal 3,0 BE

23 11040 € 6,35

Matrosenfleisch
mit Spiralen



NEU



380 g 574 kcal 3,8 BE

Spezialitäten vom Fisch

23 01663 € 8,20

Zart gebratener Lachs auf feinen Taglierini mit Limonensauce und Broccoliröschen



340 g 571 kcal 2,7 BE

23 01698 € 7,15

Alaska-Seelachsfilet im Kräuterbackteig mit Sommergemüse Andalusia und Reis



430 g 602 kcal 3,4 BE

23 02606 € 7,05

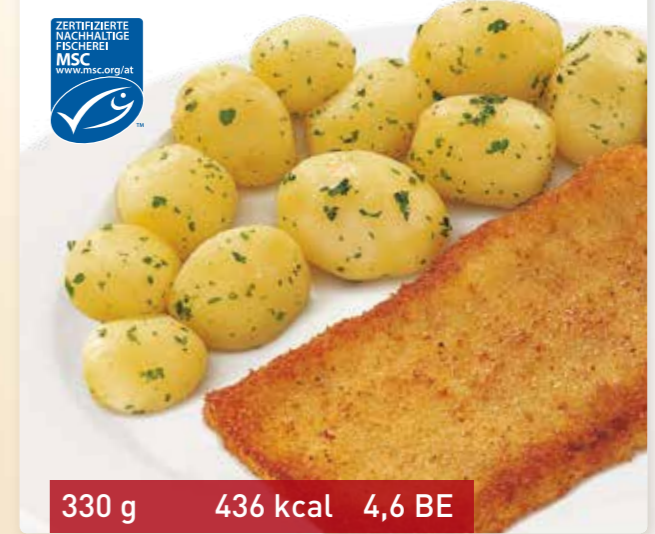
Fischfilet natur in Weißweinwurzelsauce mit Petersilkkartoffeln



410 g 406 kcal 2,5 BE

23 10108 € 6,65

Alaska-Seelachs gebacken mit Petersilkkartoffeln



330 g 436 kcal 4,6 BE

23 10115 € 6,95

Hokifischfilet in Tomatensauce mit Reis



380 g 528 kcal 4,2 BE

23 11043 € 6,90

Wildlachsballchen in Kräuter-Gervaisauce mit Reis



NEU



380 g 559 kcal 4,9 BE

23 11064 € 7,00

Hokifischilet
in Tomaten-Zucchinisauce
mit Salzkartoffeln



NEU



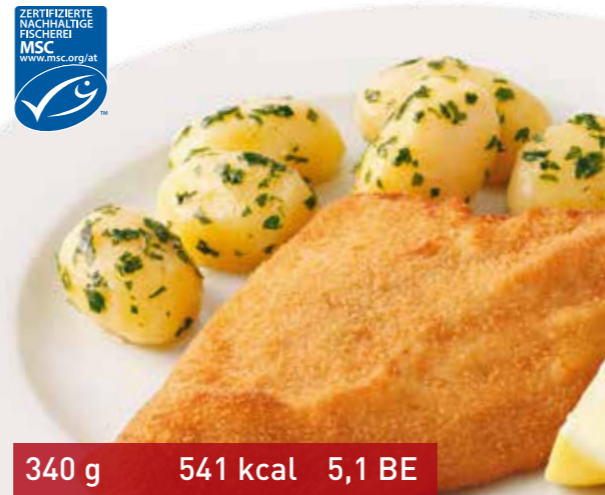
410 g 332 kcal 2,9 BE

23 11002 € 7,25

Scholle gebacken
mit Petersilkartoffeln



NEU



340 g 541 kcal 5,1 BE

Nudeln, Nockerl & Co



* **MSC –
MARINE STEWARDSHIP
COUNCIL:**

Diese Fischspezialitäten stammen aus einer Fischerei, die entsprechend den Umweltstandards des Marine Stewardship Council MSC für eine gut geführte und nachhaltige Fischerei zertifiziert wurde.

MSC-C-51742; www.msc.org



Darf's ein bisschen
„Meer“ sein?

Unsere feinen Fischgerichte laden dazu ein! Angeln Sie sich eine Portion Gesundheit – mit gutem Gewissen. Wir setzen bewusst auf MSC-zertifizierten Meeresfisch und schützen damit den Bestand. So werden unsere Meere nicht leer gefischt. Und Ihr Fang fällt nachhaltig aus.

23 02491 € 5,45

Herzhafte Schinkenfleckerl
Der Klassiker aus Österreich



300 g 492 kcal 5,4 BE

23 02561 € 6,30

Nudeln „Florentiner Art“
mit gebratenen Hühnerbruststücken
und Blattspinat



400 g 540 kcal 4,8 BE

23 11059 € 5,60

Spaghetti Bolognese

Jetzt mit mehr Sauce!



400 g 512 kcal 5,2 BE

23 10191 € 6,75

Rindfleischlasagne

mit Tomatenragout



530 g 488 kcal 3,2 BE

23 10203 € 6,15

Pinzgauer Kasnock'n

mit Röstzwiebeln



350 g 665 kcal 4,2 BE

23 10204 € 6,15

Fleischpalatschinken

mit Papikarahmsauce



420 g 563 kcal 2,9 BE

23 10182 € 5,20

Krautfleckerl

Typisch österreichische
Hausmannskost



300 g 477 kcal 6,6 BE

23 10201 € 5,50

Klassische Fleischspiralen

mit Faschiertem vom
Rind und Schwein



330 g 594 kcal 5,6 BE

23 10196 € 6,30

Spinat-Ricottalasnagne

mit Tomatensauce



NEU



375 g 401 kcal 4,5 BE

23 11042 € 6,25

Vegetarische Spätzlepfanne

in einer cremigen Käsesauce mit Paprika,
Lauch und getrockneten Tomaten



NEU



400 g 576 kcal 4,8 BE

Allerlei Gemüse

23 01726 € 5,90

Kochsalat
mit Erbsen und Kümmelkartoffeln



430 g 331 kcal 2,6 BE

23 02457 € 5,95

Champignonsauce
mit Serviettenknödeln



400 g 440 kcal 3,2 BE

23 01755 € 5,90

Cremespinat
mit Erdäpfelschmarren



430 g 361 kcal 2,6 BE

23 10123 € 6,00

Gemüserahmlinsen
mit Serviettenknödeln



420 g 525 kcal 2,9 BE

23 02418 € 6,75

**Frischkäse-
Kartoffellaibchen**
mit Rotkraut



430 g 520 kcal 4,3 BE

23 10134 € 4,90

Rahmfisolen
mit Röstinchen



380 g 391 kcal 2,3 BE

23 11038 € 6,80

**Gemüse-
palatschinkenauflauf**
mit Tomatensauce



NEU



380 g 475 kcal 3,0 BE

Feinste Salate

23 05630 € 2,15

Roter Rübensalat
in Essig und Öl-Marinade,
mit Kren verfeinert (mit Süßungsmittel)



200 g 68 kcal 0,0 BE

23 01907 € 5,65

Gschupfte Mohnnudeln
mit Apfelmus



400 g 664 kcal 9,6 BE

Süße Vielfalt

23 10242 € 2,15

Selleriesalat
in Essig und Öl-Marinade
(mit Süßungsmittel)



200 g 116 kcal 0,0 BE

23 10243 € 2,15

Karottensalat
in Essig und Öl-Marinade
(mit Süßungsmittel)



200 g 110 kcal 0,0 BE

23 01908 € 6,20

Pfirsichpalatschinken
mit Topfenfülle und Pfirsichstücken
(mit Süßungsmittel)



300 g 414 kcal 3,9 BE

23 01928 € 6,50

Flaumige Topfenknödel
mit Erdbeermus



390 g 800 kcal 10,1 BE

23 01940 € 5,50

Marillenpalatschinken

Ein österreichisches
Mehlpeisenschmankerl



300 g 519 kcal 6,3 BE

23 02976 € 4,80

Topfenschmarren

mit Marillenröster
(mit Süßungsmittel)



350 g 518 kcal 3,5 BE

23 10225 € 5,60

Topfenauflauf

mit Marillenmus
(mit Süßungsmittel)



350 g 287 kcal 1,4 BE

23 10213 € 6,25

Grießflammerienockerl

mit Beerenröster



350 g 518 kcal 6,3 BE

23 10218 € 5,45

Milchreis

mit Beerenröster



400 g 480 kcal 7,6 BE

23 10222 € 6,60

Powidltascherl

mit Birnenkompott



400 g 656 kcal 9,6 BE

23 10207 € 6,60

Wiener Apfelstrudel

mit Vanillesauce



400 g 604 kcal 8,4 BE

23 01959 € 5,95

Reisauflauf

mit Apfelkompott
(mit Süßungsmittel)



400 g 512 kcal 6,0 BE

23 10235 € 5,75

Kaiserschmarren
mit Zwetschkenröster



360 g 734 kcal 9,4 BE

23 11046 € 6,70

Beerenaufwurf
mit Birnenmus



NEU



400 g 568 kcal 6,0 BE

95 05517 € 11,25

Biskuitrolade mit
Marillenmarmelade
im Ganzen (ca. 6 Portionen)



450 g 205 kcal 3,0 BE

Jause für zu Hause

23 11054 € 7,20

Topfenpalatschinkenaufwurf
mit warmem Weichselkompott



NEU



400 g 680 kcal 6,4 BE

23 11057 € 6,30

Nutellapalatschinken
Der Klassiker mit original Nutella



NEU



300 g 693 kcal 5,4 BE

97 05519 € 15,85

Erdbeer-Kardinalschnitte
6 Stk. einzeln entnehmbar



600 g 301 kcal 4,8 BE

97 05528 € 16,10

Malakoffschnitte
6 Stk. einzeln entnehmbar



510 g 253 kcal 2,4 BE

97 05549

€ 16,45

Bananenschnitte

Bananen und Schokolade aus FAIRTRADE-Anbau
6 Stk. einzeln entnehmbar



600 g 250 kcal 2,5 BE

97 05550

€ 14,00

Sacherschnitte

Kakao aus FAIRTRADE-Anbau
6 Stk. einzeln entnehmbar



600 g 350 kcal 4,0 BE

97 25502

€ 16,00

Esterhazyschnitte

6 Stk. einzeln entnehmbar



660 g 413 kcal 4,4 BE

97 22567

€ 19,15

Maronischnitte

6 Stk. einzeln entnehmbar

NEU



650 g 383 kcal 2,2 BE

97 05593

€ 15,85

Tiramisuschnitte

6 Stk. einzeln entnehmbar



450 g 261 kcal 1,5 BE

97 05710

€ 14,35

Cremeschnitte

6 Stk. einzeln entnehmbar



540 g 297 kcal 2,7 BE

95 25769

€ 14,35

Marmorgugelhupf

im Ganzen (ca 15 Portionen)



750 g 206 kcal 1,7 BE

97 25504

€ 16,60

Kuchenvariation

12 kleine Kuchenstücke



540 g 159 kcal 1,6 BE

Genießen erlaubt!

Auch für den bewussten Genuss bietet GOURMET eine Auswahl an feinen Desserts. Damit Sie ohne Reue genießen können, verwenden wir Süßstoff und sparen mit Zucker. Bei vollem Geschmack!



23 05154	Apfelmus	D L C	72 kcal	1,4 BE	150 g	€ 2,65
23 10257	Pfirsichkompott	D L C	35 kcal	0,6 BE	150 g	€ 2,65
98 05906	Topfenkuchen gebacken	D	119 kcal	1,1 BE	60 g	€ 2,60
98 05948	Biskuitschnitte	D	136 kcal	2,1 BE	60 g	€ 2,60
98 05967	Kakaocremeschnitte	D	158 kcal	0,9 BE	75 g	€ 2,80
98 10070	Milchreis mit Kirschspiegel	NEU D C	150 kcal	1,2 BE	150 g	€ 3,20
98 10071	Panna Cotta	NEU D C	242 kcal	0,6 BE	150 g	€ 3,80
98 10072	Tiramisu	NEU D	254 kcal	0,9 BE	100 g	€ 3,80

Mit Liebe gedacht – mit Liebe gemacht.



Gerade wenn das Kauen und Schlucken schwer fällt, darf der Genuss nicht zu kurz kommen. Deshalb haben wir besondere Speisen entwickelt. Mit unserer ganzen Kochkunst und viel Sorgfalt.

Was uns dabei wichtig ist:

Eine absolut einheitliche und weiche Konsistenz soll angstfreies Essen möglich machen. Alles, was stört, ist tabu. Wir verzichten deshalb konsequent auf Kräuter, Bröseliges und vermeiden gemischte Konsistenzen.

Besonders feine Zutaten bringen vollen Geschmack. Sonst kommt uns nichts in den Topf. Schonende Zubereitung und sorgsames Pürieren sorgen für vollwertigen Genuss. Und weil wir großes Augenmerk auf unterschiedliche farbliche Komponenten legen, isst auch das Auge mit.

So fein kann Breikost sein!



Breikost

23 10270	Kalbsbraten mit Pastinakenpüree	D L	403 kcal	1,9 BE	380 g	€ 7,55
23 10273	Hühnerschnitzel in Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree	D	441 kcal	2,3 BE	380 g	€ 6,40
23 10274	Rahmfisolen mit Kartoffelpüree	D	348 kcal	2,0 BE	400 g	€ 5,75
23 10275	Erdäpfelgulasch mit Waldviertler Wurst und Kartoffelpüree		400 kcal	2,4 BE	400 g	€ 5,75
23 10276	Polpetti in Tomatensauce mit Kartoffelpüree	D L	475 kcal	3,8 BE	380 g	€ 6,40
23 10277	Rindsgeschnetzeltes mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree	D L	542 kcal	1,7 BE	430 g	€ 7,55
23 11044	Alaska-Seelachs in Zitronensauce, Broccoli und Tomatenpüree		404 kcal	2,2 BE	430 g	€ 6,50
23 10278	Kaiserschmarren mit Apfelmus		662 kcal	5,6 BE	350 g	€ 6,65
23 10279	Matrosenfleisch mit Wurzelgemüse und Kartoffelpüree	D L	447 kcal	1,7 BE	430 g	€ 6,40
23 10345	Hühnerbrustfilet in Tomatensauce mit Kartoffelpüree	D L	404 kcal	2,4 BE	400 g	€ 6,40
23 10346	Faschierte Laibchen mit Kartoffel-Erbse-püree	D	479 kcal	1,9 BE	380 g	€ 6,40
23 10348	Apfelstrudel mit Vanillesauce	L	522 kcal	4,2 BE	350 g	€ 6,40
23 10349	Schoko-Nussauflauf mit Erdbeer-Rhabarbermus		648 kcal	4,2 BE	350 g	€ 6,40
23 11060	Steirisches Wurzelfleisch mit Kartoffelpüree	NEU D C	496 kcal	2,0 BE	400 g	€ 6,75

Eine Woche Genuss – praktisch im Karton

Einfach, bequem und natürlich ganz nach Ihrem Geschmack

- Alle Kartons enthalten 7 abwechslungsreiche Gerichte für die ganze Woche.
- Bei der Zusammenstellung wurde auf eine ausgewogene Auswahl an traditionellen Gerichten geachtet.
- Ihre individuellen Bedürfnisse sind uns wichtig, daher haben wir spezielle Wochenkartons für das bewusste Menü, für die Leichte Kost, für Vegetarier, aber auch für Menschen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten im Angebot.
- Die Erklärung der angegebenen Symbole finden Sie auf Seite 63 der Speisekarte.

23 90022



Feines aus dem Suppentopf

Wochenkarton gesamt € 13,95

Nudelsuppe	230 g 58 kcal 0,2 BE
Grießnockerlsuppe	230 g 87 kcal 0,5 BE
Gourmet-Gemüsesuppe	230 g 131 kcal 0,5 BE
Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe	230 g 124 kcal 1,2 BE
Klare Geflügelsuppe mit Reibteig	230 g 90 kcal 0,7 BE
Klare Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig	230 g 53 kcal 0,2 BE
Karottencremsuppe	230 g 106 kcal 0,7 BE

23 90023

Herzhafte Suppen

Wochenkarton gesamt € 15,45

Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe	230 g 124 kcal 1,2 BE
Frittatensuppe	230 g 104 kcal 0,7 BE
Grießsuppe legiert	230 g 106 kcal 0,5 BE
Leberknödelsuppe	230 g 99 kcal 0,5 BE
Kalbscremesuppe	230 g 193 kcal 1,2 BE
Gulaschsuppe NEU	230 g 191 kcal 0,7 BE
Knoblauchcremesuppe NEU	230 g 198 kcal 0,9 BE

23 90024



Vegetarische Küche

Wochenkarton gesamt € 41,95

Feiner Cremespinat mit Erdäpfelschmarren	430 g 361 kcal 2,6 BE
Vegetarische Spätzlepfanne NEU	400 g 576 kcal 4,8 BE
Rahmfisolen mit Röstinchen	380 g 391 kcal 2,3 BE
Champignonsauce mit Serviettenknödel	400 g 440 kcal 3,2 BE
Kochsalat mit feinen Kümmelkartoffeln	430 g 331 kcal 2,6 BE
Gemüsepalatschinkenauflauf NEU	380 g 475 kcal 3,0 BE
Grießflammerienockerl mit Beerenröster	350 g 518 kcal 6,3 BE

23 90026



Schmankerl aus Österreich

Wochenkarton gesamt € 44,55

Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln	425 g 425 kcal 1,7 BE
Faschierte Laibchen mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln	440 g 537 kcal 2,2 BE
Paprikahendragout mit Spätzle	370 g 555 kcal 4,1 BE
Esterhazy Rindsgeschnetzeltes mit Hörnchen	400 g 564 kcal 4,4 BE
Klassischer Schweinsbraten mit Serviettenknödel, warmem Krautsalat	350 g 476 kcal 2,1 BE
Feiner Cremespinat mit Erdäpfelschmarren	430 g 361 kcal 2,6 BE
Topfenschmarren mit Marillenröster	350 g 518 kcal 3,5 BE

23 90025

Hausmannskost traditionell

Wochenkarton gesamt € 44,55

Bauernschmaus mit Sauerkraut	430 g 671 kcal 3,0 BE
Klassische Fleischspiralen mit Faschiertem vom Rind und Schwein	330 g 594 kcal 5,6 BE
Faschierter Braten im Natursaft mit Kartoffelpüree u. Erbsen	430 g 576 kcal 2,6 BE
Rindsgulasch mit Spätzle	410 g 627 kcal 3,2 BE
Rahmfisolen mit Röstinchen	380 g 391 kcal 2,3 BE
Gemüserahmlinsen mit Serviettenknödel	420 g 525 kcal 2,9 BE
Scholle gebacken NEU mit Petersilkkartoffeln	340 g 541 kcal 5,1 BE

23 90027



Für den leichten Genuss

Wochenkarton gesamt € 47,05

Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten	410 g 476 kcal 3,3 BE
Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree	400 g 432 kcal 2,0 BE
Gebratene Truthahnstücke im Gemüsesaft mit Semmelknödeln	340 g 459 kcal 2,4 BE
Faschierte Kalbsbutterschnitzel mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	450 g 432 kcal 2,7 BE
Einmachhuhn mit Hörnchen	450 g 522 kcal 4,5 BE
Hokifischfilet NEU Tomaten-Zucchini-sauce m. Salzkartoffeln	410 g 332 kcal 2,9 BE
Reisauflauf mit Apfelkompott	400 g 512 kcal 6,0 BE

23 90028

Gruß aus der Wiener Küche

Wochenkarton gesamt € 44,50

Faschierte Kalbsbutterschnitzel mit Kartoffelpüree und buntem Gemüse	450 g 432 kcal 2,7 BE
Schweinsschnitzel gebacken mit Petersilkartoffeln	280 g 406 kcal 3,6 BE
Grammelknödel mit Gabelkraut	415 g 635 kcal 2,9 BE
Salonbeuschl vom Kalb mit Serviettenknödeln	390 g 452 kcal 2,7 BE
Herzhafte Schinkenfleckerl	300 g 492 kcal 5,4 BE
Feiner Cremespinat mit Erdäpfelschmarren	430 g 361 kcal 2,6 BE
Klassischer Wiener Apfelstrudel mit Vanillesauce	400 g 604 kcal 8,4 BE

23 90030

Laktosefreier Genuss

Wochenkarton gesamt € 43,75

Hühnercurry NEU mit Basmatireis	400 g 632 kcal 4,4 BE
Krautfleckerl	300 g 477 kcal 6,6 BE
Rindsgulasch mit Spätzle	410 g 627 kcal 3,3 BE
Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln	425 g 425 kcal 1,7 BE
Spaghetti Bolognese mit typischer italienischer Fleischsauce	400 g 512 kcal 5,2 BE
Alaska-Seelachs gebacken mit Petersilkartoffeln	330 g 436 kcal 4,6 BE
Gschupfte Mohnnudeln	400 g 664 kcal 9,6 BE

23 90029

Glutenfreier Genuss

Wochenkarton gesamt € 47,90

Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten	410 g 476 kcal 3,3 BE
Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree	400 g 404 kcal 2,0 BE
Champignonrahmschnitzel mit Kräuterreis	390 g 515 kcal 3,9 BE
Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln	425 g 425 kcal 1,7 BE
Kochsalat mit feinen Kümmelkartoffeln	430 g 331 kcal 2,6 BE
Hokifischfilet in Tomatensauce mit Reis	380 g 528 kcal 4,2 BE
Beerenauflauf NEU mit Birnenmus	400 g 568 kcal 6,0 BE

23 90031

Cholesterin armer Genuss

Wochenkarton gesamt € 45,85

Tafelspitz mit Wurzelgemüse, Erdäpfelschmarren und Semmelkren	440 g 387 kcal 2,2 BE
Naturschnitzel vom Schwein in Saft mit Reis und Sonnengemüse	430 g 486 kcal 3,4 BE
Gefüllte Paprika mit Salzkartoffeln	450 g 356 kcal 3,6 BE
Krautfleckerl	300 g 477 kcal 6,6 BE
Kochsalat mit Kümmelkartoffeln	430 g 331 kcal 2,6 BE
Fischfilet natur in Weißwein-Wurzelsauce m. Kartoffeln	410 g 406 kcal 2,5 BE
Reisauflauf mit Apfelkompott	400 g 512 kcal 6,0 BE

23 90032

Gruß aus der Mehlspeisküche

Wochenkarton gesamt € 42,55

Gschupfte Mohnnudeln mit Apfelmus	400 g 664 kcal 9,6 BE
Flaumige Topfenknödel mit Erdbeermus	390 g 800 kcal 10,1 BE
Marillenpalatschinken	300 g 519 kcal 6,3 BE
Apfelstrudel mit Vanillesauce	400 g 604 kcal 8,4 BE
Grießflammerienockerl mit Beerenröster	350 g 518 kcal 6,3 BE
Nutellapalatschinken NEU	300 g 693 kcal 5,4 BE
Kaiserschmarren mit Zwetschenröster	360 g 734 kcal 9,4 BE

23 90034

Herzhafte Breikostvariation

Wochenkarton gesamt € 45,90

Kalbsbraten mit Pastinakenpüree	380 g 403 kcal 1,9 BE
Hühnerschnitzel in Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree	380 g 441 kcal 2,3 BE
Polpetti in Tomatensauce mit Kartoffelpüree	380 g 475 kcal 3,8 BE
Rindsgeschnetzeltes mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree	430 g 542 kcal 1,7 BE
Erdäpfelgulasch Waldviertler Wurst und Kartoffelpüree	400 g 400 kcal 2,4 BE
Rahmfisolen mit Kartoffelpüree	400 g 348 kcal 2,0 BE
Alaska-Seelachs in Zitronensauce mit Broccoli und Tomatenpüree	430 g 404 kcal 2,2 BE

23 90033

Ihre Lieblings Speisen

Wochenkarton gesamt € 43,85

Backhendl mit Risipisi	340 g 785 kcal 5,1 BE
Faschierter Braten im Natursaft mit Kartoffelpüree u. Erbsen	430 g 576 kcal 2,6 BE
Rindsgulasch mit Spätzle	410 g 627 kcal 3,3 BE
Ennstaler Bauernknödel auf Speck-Sauerkraut	400 g 500 kcal 4,4 BE
Rahmfisolen mit Röstinchen	380 g 391 kcal 2,3 BE
Alaska-Seelachs gebacken mit Petersilkartoffeln	330 g 436 kcal 4,6 BE
Kaiserschmarren mit Zwetschenröster	360 g 734 kcal 9,4 BE

23 90035

Gemischte Breikostvariation

Wochenkarton gesamt € 45,40

Steirisches Wurzelfleisch NEU mit Kümmelkartoffeln	400 g 496 kcal 2,0 BE
Matrosenfleisch mit Wurzelgemüse und Kartoffelpüree	430 g 447 kcal 1,7 BE
Hühnerbrustfilet in Tomatensauce mit Kartoffelpüree	400 g 404 kcal 2,4 BE
Faschierte Laibchen mit Kartoffel-Erbsenpüree	380 g 479 kcal 1,9 BE
Apfelstrudel mit Vanillesauce	350 g 522 kcal 4,2 BE
Kaiserschmarren mit Apfelmus	350 g 662 kcal 5,6 BE
Schoko-Nussauflauf mit Erdbeer-Rhabarbermus	350 g 648 kcal 4,2 BE

Allergie- und Nährwertliste

Aus dem Suppentopf

	Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 02000	Leberknödelsuppe Enthält Allergene: A, C, L	183	43	1,6	0,4	3,8	0,6	3,1	1,3	0,2
23 02009	Nudelsuppe Enthält Allergene: A, C, L	106	25	0,9	0,1	3,2	0,4	0,6	1,0	0,1
23 02017	Grießnockerlsuppe Enthält Allergene: A, C, L	160	38	1,9	0,7	3,7	0,6	1,1	1,1	0,2
23 02019	Frittatensuppe Enthält Allergene: A, C, G, L	190	45	2,5	0,5	3,7	0,6	1,9	1,1	0,3
23 02034	Gourmet-Gemüsesuppe Enthält Allergene: A, G, L	243	57	3,6	2,2	4,6	2,2	1,1	1,3	0,2
23 02035	Klare Geflügelsuppe mit Reibteig Enthält Allergene: A, C	166	39	1,1	0,4	5,2	0,3	1,7	1,1	0,3
23 02040	Kalbscremesuppe mit Semmelknödeleinlage Enthält Allergene: A, C, G, L	356	84	4,4	1,5	8,0	0,7	2,2	1,1	0,5
23 02070	Klare Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig Enthält Allergene: A, C	100	23	0,9	0,2	2,6	0,5	0,9	1,1	0,1
23 02083	Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe Enthält Allergene: G	228	54	2,5	1,5	6,6	1,3	1,2	1,0	0,5
23 02096	Legierte Grießsuppe Enthält Allergene: A, C, G, L	193	46	3,1	1,0	3,3	0,4	1,0	0,9	0,2
23 10043	Karottencremesuppe Enthält Allergene: A, G	193	46	2,3	1,5	4,4	3,4	0,7	1,3	0,3
23 11051	Gulaschsuppe Enthält Allergene: A	352	83	4,8	0,9	5,7	1,9	3,8	1,2	0,3
23 11039	Knoblauchcremesuppe Enthält Allergene: A, G	363	86	6,0	3,9	5,9	2,4	2,1	1,2	0,4

Herzhaftes aus Österreich

23 11047	Eiernerkerl Enthält Allergene: A, C, G	656	156	6,9	2,2	13,6	1,4	8,7	0,9	1,0
23 02479	Faschierte Laibchen mit Rahmfisolen und Salzkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	515	122	5,4	2,2	9,3	1,1	8,3	1,1	0,5
23 02481	Ennstaler Bauernknödel auf Speck-Sauerkraut Enthält Allergene: A, C, G	527	125	5,2	2,3	13,8	0,8	4,5	1,1	1,1
23 10156	Grammelknödel mit Gabelkraut Enthält Allergene: A, C, G	640	153	10,0	3,1	11,3	2,9	4,5	1,5	0,7
23 11050	Faschierter Braten mit Kartoffelpüree und Erbsen Enthält Allergene: A, C, G, M	566	134	6,4	2,8	11,3	1,4	6,6	1,1	0,6
23 10161	Szegediner Krautfleisch mit Kümmelkartoffeln Enthält Allergene: A, G	482	115	6,6	2,7	6,8	1,3	7,1	1,4	0,5
23 10147	Cevapcici mit Letscho und Reis Enthält Allergene: A, C, G, M	573	136	5,5	1,9	14,2	3,3	6,6	1,4	0,8
23 10167	Gefüllte Paprika in Tomatensauce mit Salzkartoffeln Enthält Allergene: A, C, M	333	79	1,9	0,7	10,8	3,1	3,6	1,1	0,8
23 10171	Salonbeuschel vom Kalb mit Serviettenknödeln Enthält Allergene: A, C, D, G, L, M	487	116	5,0	1,7	9,5	0,5	7,7	1,2	0,7
23 10175	Augsburger mit Dillkartoffeln Enthält Allergene: A, G	522	125	7,8	3,5	7,5	1,1	5,5	1,2	0,6
23 10160	Kartoffelgulasch mit Waldviertler Wurst Enthält Allergene: A	343	81	4,3	1,2	7,0	1,4	2,9	1,1	0,5
23 10174	Serbisches Reisfleisch Enthält Allergene: A	756	180	9,0	3,2	15,6	1,4	8,6	1,4	1,2
23 10168	Polpetti in Tomatensauce mit Reis Enthält Allergene: A, C, G, L	581	138	4,7	1,7	17,3	3,6	6,0	1,4	1,3
23 10146	Berner Würstel mit Petersilkartoffeln und Gemüse Enthält Allergene: G	679	161	11,1	3,9	8,0	1,3	6,7	1,8	0,5

Herzhaftes aus Österreich

	Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 11061	Würstel mit Saft Enthält Allergene: A	741	176	13,9	5,3	3,2	1,8	9,5	1,5	0,1

Zartes vom Geflügel

23 01524	Gebratene Putenbrust im Natursaft mit Babykarotten und Reis Enthält Allergene: G	401	95	1,8	0,5	11,8	1,1	7,3	1,3	0,9
23 01562	Hühnerbrustfilet mit zarter Gemüsevariation und Butterkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	546	130	4,8	0,6	9,9	1,3	10,5	0,8	0,5
23 01570	Gebratene Truthahnstücke im Gemüsesaft mit Semmelknödeln Enthält Allergene: A, C, G, L, M	569	135	5,4	1,4	10,6	1,0	10,2	1,3	0,7
23 01573	Paprikahendragout mit Spätzle Enthält Allergene: A, C, G	631	150	5,6	2,2	14,2	1,2	9,4	1,4	1,1
23 01574	Geröstete Leber von der Pute mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: –	394	93	3,6	0,3	10,2	1,1	4,4	1,2	0,7
23 11066	Überbackenes Hühnerschnitzel mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: G	425	101	4,0	2,5	6,3	0,8	9,3	1,1	0,5
23 02564	Ausgelöstes Backhenderl mit Risipisi Enthält Allergene: A, C, G	969	231	11,9	2,9	20,1	0,4	10,8	1,0	1,5
23 11048	Einmachhuhn mit gedrehten Hörnchen Enthält Allergene: A, C, G, L	490	116	3,4	1,2	12,1	1,0	8,5	1,0	1,0
23 10090	Gebratene Hühnerkeule im Natursaft mit Reis Enthält Allergene: G	718	171	9,2	3,2	10,9	0,3	11,0	1,2	0,8
23 10098	Hühner Cordon Bleu mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G	606	144	5,3	2,1	11,8	0,5	12,3	1,2	0,9
23 02537	Hühnercurry mit Basmatireis Enthält Allergene: G, M	665	158	7,6	0,7	14,0	1,6	8,1	0,8	1,1
23 11053	Hühnerbrustfilet natur mit Spätzle und Mischgemüse Enthält Allergene: A, C, G	552	131	4,9	1,4	11,8	1,4	9,1	1,2	0,8

Das Beste vom Rind

23 11052	Herzhafte Rindsroulade mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G, M	410	97	4,4	2,1	7,0	2,1	6,7	1,0	0,5
23 01309	Tafelspitz mit Wurzelgemüse, Erdäpfelschmarren und Semmelkren Enthält Allergene: A, G, L, O	370	88	3,0	1,2	7,0	1,3	7,3	1,0	0,5
23 02143	Rindsgeschnetzeltes Stroganoff in feiner Sauce mit Spätzle Enthält Allergene: A, C, G, M	525	125	4,2	1,8	12,7	0,8	8,4	1,2	1,0
23 02150	Gekochtes Rindfleisch mit Cremespinat und Erdäpfelschmarren Enthält Allergene: A, G	545	130	5,6	2,5	7,0	0,9	11,8	0,8	0,5
23 02188	Altwiener Zwiebelrostbraten mit Bratkartoffeln Enthält Allergene: A, L, M	532	126	6,9	2,0	11,0	1,1	4,7	1,3	0,9
23 10049	Esterhazy Rindsgeschnetzeltes mit Hörnchen Enthält Allergene: A, C, G, L	593	141	5,8	1,8	13,5	1,0	8,0	0,8	1,1
23 10057	Rindsgulasch mit Spätzle Enthält Allergene: A, C	644	153	7,0	2,4	11,6	1,3	9,8	0,9	0,8
23 11063	Burgunder Rindsbraten mit Kroketten Enthält Allergene: A, C, G, L, M	614	146	5,7	2,7	9,8	1,3	12,9	1,0	0,8
23 11058	Rindsbraten in Wurzelrahmsauce mit Semmelknödeln Enthält Allergene: A, C, G, L	647	154	6,1	1,5	13,3	0,6	10,7	1,0	1,0

Feines vom Kalb

23 11055	Kalbsragout mit Spiralen Enthält Allergene: A, G	491	117	3,1	1,1	12,8	0,2	8,7	0,9	1,0
23 01341	Kalbsstelze ausgelöst mit Reis und Naturgemüse Enthält Allergene: A, G, L	456	108	2,5	0,6	11,7	1,8	8,8	1,2	0,7
23 02315	Kalbsrahmgulasch mit Spätzle Enthält Allergene: A, C, G	610	145	6,8	2,1	10,6	0,8	9,4	1,0	0,8

Feines vom Kalb		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 10081	Kalbsbraten mit Reis und Babykarotten Enthält Allergene: G		488	116	3,4	1,0	11,7	1,3	8,9	1,0	0,8
23 11049	Faschierte Kalbsbutterschnitzel m. Kartoffelpüree u. buntem Gemüse Enthält Allergene: A, C, G, L		407	96	5,0	2,1	7,5	1,8	4,5	1,0	0,6
23 10080	Kalbfleisch in Wurzelsauce mit Hörnchen Enthält Allergene: A, G, L		519	123	4,1	1,6	13,3	1,3	7,4	1,2	1,0

Köstliches vom Schwein		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 01258	Champignonrahmschnitzel mit Kräuterreis Enthält Allergene: G		557	132	5,6	2,1	11,8	1,0	8,1	1,2	1,0
23 01277	Schweinsgeschnetzeltes in Champignon-Obersauce m. Bandnudeln Enthält Allergene: A, G		644	153	7,5	3,2	14,1	0,6	6,8	1,0	1,1
23 02246	Pariser Schnitzel mit Risipisi Enthält Allergene: A, C, G		588	139	3,7	0,8	15,0	0,4	11,4	0,8	1,0
23 02287	Klassischer Schweinsbraten m. Serviettenknödel u. Krautsalat Enthält Allergene: A, C, G		573	136	7,2	2,1	8,3	2,0	8,4	1,7	0,6
23 10071	Schweinschnitzel gebacken mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, C, G		610	145	5,1	1,0	15,8	0,7	8,8	1,4	1,3
23 10073	Steirisches Wurzelfleisch mit Kümmelkartoffeln Enthält Allergene: L		423	100	5,0	1,8	6,4	1,4	6,6	1,3	0,4
23 10069	Schweinspörkölt mit Spätzle Enthält Allergene: A, C		824	196	9,2	3,5	17,3	1,3	10,2	0,9	1,3
23 10072	Surbraten mit Kartoffelknödeln und schlampigem Kraut Enthält Allergene: A, C		533	127	6,2	2,0	10,5	1,7	7,1	2,2	0,8
23 11056	Naturschnitzel vom Schwein in Saft mit Reis und Sonnengemüse Enthält Allergene: G, L		476	113	4,0	1,0	12,0	2,0	6,6	1,3	0,8
23 11045	Bauernschmaus mit Sauerkraut Enthält Allergene: A, C		656	156	9,4	3,5	9,3	0,4	7,8	1,6	0,7
23 11040	Matrosenfleisch mit Spiralen Enthält Allergene: A, G, L		636	151	6,8	2,9	13,5	0,9	8,4	0,9	1,0

Spezialitäten vom Fisch		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 01663	Gebratener Lachs auf Taglierini m. Limonensauce u. Broccoliröschen Enthält Allergene: A, C, D, G		705	168	7,8	1,9	11,7	2,5	12,7	1,7	0,8
23 01698	Alaska-Seelachsfilet im Kräuterbackteig m. Gemüse Andalusia u. Reis Enthält Allergene: A, C, D, G		592	140	6,5	1,2	11,7	1,2	8,4	1,1	0,8
23 02606	Fischfilet natur in Weißweinwurzelsauce mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, B, D, G, L, R		419	99	3,3	1,5	8,9	1,5	7,1	1,3	0,6
23 10108	Alaska-Seelachs gebacken mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, D		556	132	3,2	0,3	17,8	0,7	7,0	1,5	1,4
23 10115	Hokifischfilet in Tomatensauce mit Reis Enthält Allergene: D, G		585	139	5,2	1,8	14,5	1,5	8,1	1,3	1,1
23 11043	Wildlachsballchen in Kräuter-Gervaisauce mit Reis Enthält Allergene: A, D, G		620	147	7,0	2,8	16,3	1,1	4,1	1,2	1,3
23 11064	Hokifischfilet in Tomaten-Zucchinisauce mit Salzkartoffeln Enthält Allergene: A, D		343	81	1,1	0,2	9,7	2,6	7,1	0,7	0,7
23 11002	Scholle gebacken mit Petersilkartoffeln Enthält Allergene: A, D		670	159	5,7	0,6	18,7	1,5	7,5	0,9	1,5

Nudeln, Nockerl & Co		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 02491	Herzhafte Schinkenfleckerl Enthält Allergene: A, C		692	164	3,9	1,0	23,6	1,3	7,4	2,1	1,8
23 02561	Nudeln „Florentiner Art“ m. gebr. Hühnerbruststücken u. Blattspinat Enthält Allergene: A, C, G		566	135	4,9	2,3	14,6	2,2	7,5	1,0	1,2
23 11059	Spaghetti Bolognese Enthält Allergene: A, C, L		541	128	3,4	1,2	16,8	2,3	6,5	1,5	1,3

Nudeln, Nockerl & Co		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 10191	Rindfleischlasagne mit Tomatenragout Enthält Allergene: A, G, L		389	92	2,7	1,4	11,5	4,1	4,5	0,7	0,6
23 10182	Krautfleckerl Enthält Allergene: A, C		668	159	1,9	0,6	28,0	3,4	5,4	2,2	2,2
23 10201	Fleischspiralen Enthält Allergene: A, G		759	180	6,2	1,8	22,3	1,7	8,0	1,4	1,7
23 10203	Pinzgauer Kasnock'n Enthält Allergene: A, C, G		798	190	10,1	4,8	16,1	1,8	7,1	0,9	1,2
23 10204	Fleischpalatschinken mit Paprikarahmsauce Enthält Allergene: A, C, G		562	134	7,4	2,5	10,3	1,8	6,0	1,1	0,7
23 10196	Spinat-Ricottalásagne mit Tomatensauce Enthält Allergene: A, G, L		452	107	3,5	0,9	15,1	5,0	3,0	1,5	1,2
23 11042	Vegetarische Spätzlepfanne Enthält Allergene: A, C, G		604	144	6,4	2,1	15,8	1,4	4,3	1,2	1,2

Allerlei Gemüse		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 01726	Kochsalat mit Kümmelkartoffeln Enthält Allergene: G		326	77	3,0	1,5	9,5	1,5	2,1	1,0	0,6
23 01755	Cremspinaat mit Erdäpfelschmarren Enthält Allergene: A, G		356	84	3,9	1,8	8,6	1,1	2,5	1,0	0,6
23 02418	Frischkäse-Kartoffellaibchen mit Rotkraut Enthält Allergene: A, G		511	121	5,9	2,2	13,7	5,0	2,3	1,3	1,0
23 02457	Champignonsauce mit Serviettenknödeln Enthält Allergene: A, C, G		463	110	4,5	1,5	11,0	2,0	6,3	1,3	0,8
23 10123	Gemüserahmlinsen mit Serviettenknödeln Enthält Allergene: A, C, G, M		527	125	3,7	1,2	15,2	1,0	5,9	1,3	0,7
23 10134	Rahmfisolen mit Röstinchen Enthält Allergene: A, G		434	103	4,8	2,7	11,1	1,7	2,2	1,4	0,6
23 11038	Gemüsepalatschinkenaufauf mit Tomatensauce Enthält Allergene: A, C, F, G		529	125	6,1	2,3	11,7	4,0	5,2	1,2	0,8

Feinste Salate		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 05630	Rote Rübensalat Enthält Allergene: –		144	34	0	0	5,6	0,1	1,1	0,6	0
23 10242	Selleriesalat Enthält Allergene: L		246	58	4,9	0,5	1,1	1,1	0,8	1,6	0
23 10243	Karottensalat Enthält Allergene: –		231	55	3,7	0,4	3,7	3,6	0,4	1,5	0

Süße Vielfalt		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 01907	Gschupfte Mohnnudeln mit Apfelmus Enthält Allergene: A, C		702	166	3,7	0,5	29,6	14,4	3,4	0,4	2,4
23 01908	Palatschinken m. Topfenfülle u. Pfirsichstücken Enthält Allergene: A, C, G		582	138	5,2	1,8	16,0	6,1	5,7	0,3	1,3
23 01928	Flaumige Topfenknödel mit Erdbeermus Enthält Allergene: A, C, G		862	205	5,4	1,2	31,9	17,6	5,8	0,4	2,6
23 01940	Marillenpalatschinken Enthält Allergene: A, C, G		730	173	5,9	1,2	25,6	12,3	4,4	0,3	2,1
23 02976	Topfenschmarren mit Marillenröster Enthält Allergene: A, C, G		622	148	7,2	1,7	11,9	2,6	8,0	0,1	1,0
23 10218	Milchreis mit Beerenröster Enthält Allergene: G		504	120	2,0	1,0	22,4	12,7	2,0	0,1	1,9
23 10222	Powidltascherl mit Birnenkompott Enthält Allergene: A, C, G		694	164	3,8	0,9	29,4	13,5	2,9	0,4	2,4
23 10225	Topfenaufauf mit Marillenmus Enthält Allergene: A, C, G		347	82	1,6	0,4	8,0	2,5	8,2	0,1	0,4

Süße Vielfalt		Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE
23 10213	Grießflammerienockerl mit Beerenröster Enthält Allergene: A, C, G		623	148	5,6	2,1	21,1	11,6	2,0	0,1	1,8
23 10207	Apfelstrudel mit Vanillesauce Enthält Allergene: A, C, G		635	151	4,2	1,7	24,6	14,0	2,2	0,1	2,1
23 01959	Reisauflauf mit Apfelkompott Enthält Allergene: C, G		537	128	4,1	2,5	18,3	5,2	3,5	0,2	1,5
23 10235	Kaiserschmarren mit Zwetschenröster Enthält Allergene: A, C, G		861	204	6,3	1,5	31,6	13,5	5,1	0,7	2,6
23 11046	Beerenauflauf mit Birnenmus Enthält Allergene: C, G		599	142	5,9	2,7	17,6	11,5	4,1	0,2	1,5
23 11054	Topfenpalatschinkenauflauf mit warmem Weichselkompott Enthält Allergene: A, C, G		714	170	7,2	2,8	19,7	12,8	5,7	0,6	1,6
23 11057	Nutellapalatschinken Enthält Allergene: A, C, F, G, H		971	231	12,5	3,4	23,2	13,2	5,9	0,9	1,8

Jause für zu Hause

95 05517	Biskuitrolade mit Marillenmarmelade Enthält Allergene: A, C, G		1148	273	5,0	1,5	49,2	34,9	6,5	0,5	4,0
97 05519	Erdbeer-Kardinalschnitte Enthält Allergene: A, C, G		1266	301	5,0	2,7	57,8	46,0	4,4	0,3	4,8
97 05528	Malakoffschnitte Enthält Allergene: A, C, F, G, H		1257	298	13,2	5,4	34,8	11,8	6,1	0,1	2,8
97 05549	Bananenschnitte Enthält Allergene: A, C, G		1051	250	11,3	5,8	30,5	21,2	4,9	0,1	2,5
97 05550	Sacherschnitte Enthält Allergene: A, C, F		1471	350	14,5	6,4	48,8	29,1	5,0	0,1	4,0
97 05593	Tiramisuschnitte Enthält Allergene: A, C, G		1462	348	23,0	14,1	24,5	16,9	5,3	0,1	2,0
97 05710	Creemeschnitte Enthält Allergene: A, G		1386	330	17,6	10,4	37,6	24,8	4,7	0,4	3,0
97 25502	Esterhazyschnitte Enthält Allergene: A, C, F, G, H		1572	375	18,6	8,8	48,0	22,5	3,1	0,2	4,0
97 25504	Kuchenvariation Enthält Allergene: A, C, F, G, H		1484	353	17,1	10,9	44,0	13,8	5,3	0	3,5
95 25769	Marmorgugelhupf Enthält Allergene: A, C, F		1718	412	24,6	15,0	40,2	22,0	6,4	0	3,4
97 22567	Maronischneitte Enthält Allergene: A, C, F, G		1487	353	24,9	14,0	24,9	17,0	3,9	0,1	2,0

Genießen erlaubt!

23 05154	Apfelmus Enthält Allergene: –		205	48	0	0	11,5	10,9	0,4	0	0,9
23 10257	Pfirsichkompott Enthält Allergene: –		98	23	0	0	5,1	4,7	0,4	0	0,4
98 05906	Topfenkuchen gebacken Enthält Allergene: A, C, G		831	198	6,8	3,7	24,0	7,0	10,0	0,7	1,8
98 05948	Biskuitschnitte Enthält Allergene: A, C, G		971	230	4,6	2,5	42,0	23,2	5,8	0,7	3,5
98 05967	Kakaocremeschnitte Enthält Allergene: A, C, G		888	210	13,3	7,9	15,5	3,7	7,4	0,5	1,2
98 10070	Milchreis mit Sauerkirschspiegel Enthält Allergene: G		424	100	4,9	3,2	11,4	3,1	1,6	0,1	0,8
98 10071	Panna Cotta Enthält Allergene: G		678	161	13,2	8,7	5,4	4,1	4,0	0,1	0,4
98 10072	Tiramisu Enthält Allergene: A, C, G		1068	254	21,5	14,5	10,5	3,5	5,5	0,3	0,9

Breikost

Angaben pro 100g	Energie (kJ)	Energie (kcal)	Fett (g)	davon gesättigte Fettsäuren (g)	Kohlenhydrate (g)	davon Zucker (g)	Eiweiß (g)	Salz (g)	BE		
23 10270	Kalbsbraten mit Patinakenpüree Enthält Allergene: A, G		445	106	4,2	1,9	6,9	1,4	9,4	0,8	0,5
23 10273	Hühnerschnitzel in Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G		490	116	5,9	3,4	8,0	1,8	7,3	1,0	0,6
23 10274	Rahmfisolen mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G		368	87	5,0	3,0	7,7	1,9	2,1	1,3	0,5
23 10275	Erdäpfelgulasch mit Waldviertler Wurst und Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G		420	100	6,3	2,9	8,0	1,2	2,1	1,1	0,6
23 10276	Polpetti in Tomatensauce mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, C, G, L		528	125	5,6	2,5	12,5	3,9	5,5	1,4	1,0
23 10277	Rindgeschnetzeltes mit buntem Gemüse und Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G		531	126	8,0	4,3	6,9	2,6	6,1	1,2	0,4
23 11044	Alaska-Seelachs in Zitronensauce m. Broccoli u. Tomatenpüree Enthält Allergene: A, D, G		395	94	4,1	2,4	8,0	2,3	5,4	1,0	0,5
23 10278	Kaiserschmarren mit Apfelmus Enthält Allergene: A, C, G		794	189	11,1	5,9	19,1	14,4	2,8	0,1	1,6
23 10279	Matrosenfleisch mit Wurzelgemüse und Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G, L		437	104	6,2	3,2	7,2	2,1	4,1	1,4	0,4
23 10345	Hühnerbrustfilet in Tomatensauce mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G		426	101	3,9	2,2	8,4	2,9	7,4	1,0	0,6
23 10346	Faschierte Laibchen mit Kartoffel-Erbsenpüree Enthält Allergene: A, C, G		532	126	6,8	2,6	8,8	1,7	6,4	1,0	0,5
23 10348	Apfelstrudel mit Vanillesauce Enthält Allergene: A, G		629	149	8,8	4,8	14,5	10,5	2,9	0,1	1,2
23 10349	Schoko-Nussauflauf mit Erdbeer-Rhabarbermus Enthält Allergene: A, C, F, G, H		780	185	12,4	5,5	15,0	12,1	2,9	0,1	1,2
23 11060	Steirisches Wurzelfleisch mit Kartoffelpüree Enthält Allergene: A, G, L		520	124	7,3	3,5	6,7	2,1	7,0	1,3	0,5

Sicher genießen – auch bei Allergien

Allergiker werden unsere Speisen mit Sicherheit genießen: Bei allen unseren Gerichten zeichnen wir alle in der EU-Verordnung 1196/2011, besser bekannt als Lebensmittelinformations-Verordnung (LMIV), angeführten Allergene und Unverträglichkeiten extra aus.

Sollten Sie ganz spezielle Fragen haben, helfen wir Ihnen gerne persönlich weiter – unsere Ernährungshotline erreichen Sie unter Tel +43 (0)50 876-5000 oder info@gourmet.at.

Allergen-Information gemäß Codex-Empfehlung

A – glutenhaltiges Getreide	E – Erdnuss	L – Sellerie	P – Lupinen
B – Krebstiere	F – Soja	M – Senf	R – Weichtiere
C – Ei	G – Milch od. Laktose	N – Sesam	
D – Fisch	H – Schalenfrüchte	O – Sulfite	

Alle in dieser Speisekarte enthaltenen Angaben entsprechen dem Stand bei Drucklegung (Jänner 2016). Letztgültig sind die Angaben auf dem Etikett. Alle über die Zutaten in den Lebensmitteln enthaltenen Allergene sind in der Speisekarte und am Etikett gemäß Kennzeichnungsrecht deklariert. Neben diesen gekennzeichneten Allergenen ist es trotz aller Sorgfalt nicht auszuschließen, dass sich Spuren anderer, nicht gekennzeichnete allergieauslösender Stoffe in den Lebensmitteln befinden.

GMS GOURMET GmbH war und ist bestrebt, alle Daten und Informationen vollständig, aktuell und korrekt zur Verfügung zu stellen. Trotzdem übernimmt GMS GOURMET GmbH keine Haftung für mangelnde Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Daten und Inhalte in dieser Speisekarte.

