

Essen auf Rädern

**Evang. Diakonieverein Gräfelfing, Planegg, Krailling und Umgebung,
Tel. 089/859 55 49, www.essen-auf-raedern-wuermtal.de**

Auswahl: • Menü • kleine Portion, jeweils mit Suppe und Dessert • Schonkost
• vegetarische Kost • auf Wunsch auch pürierte Kost

Lieferung: Essen wird warm durch ehrenamtliche Helfer geliefert und kann auch nur für einzelne Wochentage bestellt werden.

Für Planegg, Krailling, Stockdorf

Küche: Altenheim Planegg

Bestellung, An- bzw. Abmeldung: unter Tel. 089/80 91 77 19 (Mo–Fr, auch Anrufbeantworter)

Kosten: € 6,00 (Menü)
€ 4,70 (kleine Portion)

Für Lochham, Gräfelfing, Martinsried

Küche: Rudolf und Maria Gunst-Haus

Bestellung, An- bzw. Abmeldung: Herr Kinker, Tel. 089/85 67 31 73 (Küche Altenheim)

Kosten: € 6,00 (Menü)
€ 4,70 (kleine Portion)

**Caritas-Zentrum Süd-West und Würmtal, Tel. 089/81 09 98 75 (Mo–Fr 8.00–14.00 Uhr),
Fax 089/85 79 66 19, E-Mail: essenaufraedern@caritasmuenchen.de**

Täglich warme, abwechslungsreiche Menüs inkl. Dessert, auch am Wochenende und an Feiertagen. Auswahl aus 5 Menüs, wöchentlich verschiedene Speisepläne. Es ist auch möglich, die Menüs tiefgekühlt zu bestellen und selbst zuzubereiten. Lebensmittelunverträglichkeiten und Vorlieben werden berücksichtigt; kostenloses Probeessen möglich.

Auswahl: • Normalkost • Schonkost • vegetarische Kost • Diabetikerkost
• kleine Menüs

Kosten: Menü inkl. Dessert Mo–Fr € 7,25; Probemenü möglich
Menü inkl. Dessert Sa, So und Feiertag € 8,05
Tiefkühlmenüs ohne Dessert € 5,85
Salat € 0,95, Suppe € 1,60, Frühstück € 2,60, Abendessen € 2,60

Aktionsradius: Gräfelfing, Planegg, Krailling

**BRK, Kreisverband Starnberg, Sozialzentrum, Tel. 0 81 51/26 02-31,
Fax 0 81 51/26 02 - 11 19, E-Mail: ear@brk-starnberg.de**

Tiefkühlkost u. Menü à la carte

Warmessen: • Vollkost • Diabetikerkost • vegetarische Kost • cholesterinarme Kost
• natriumarme Kost • pürierte Kost • leichte Kost • Schonkost • Vollwertkost

Kosten: Tiefkühlkost € 5,29 bis € 7,61, Warmessen € 7,08 bis € 7,61
"Extras" wie Menüfix, Mikrowellen, Tiefkühlboxen etc. bitte unter obiger
Telefonnummer erfragen

Lieferung: Warmessen täglich, Tiefkühlkost einmal wöchentlich (Mittwoch)

Aktionsradius: Landkreis Starnberg, auch Krailling, Planegg

BRK München, Tel. 089/2 37 31 40

- Tiefkühlkost:** Menü à la carte
• Vollkost • Diabetikerkost • vegetarische Kost • cholesterinarme Kost
• natriumarme Kost • pürierte Kost • leichte Kost • Schonkost • Vollwertkost
"Extras" wie Menüfix, Mikrowellen, Tiefkühlboxen etc. bitte unter obiger
Telefonnummer erfragen
- Kosten:** Menüpreise € 4,85 bis € 6,95
- Lieferung:** wöchentliche Auslieferung
- Aktionsradius:** Neuried, Planegg, Gräfelfing

Malteser Menüservice, Gräfelfing, Tel. 089/85 80 80-20, Fax 089/85 80 80-83. Wochenende 8.00–12.00 Uhr, E-Mail: malteser.graefelfing@malteser.org

- Tiefkühlkost:** Auswahl aus Katalog
• Vollkost • leichte Kost • vegetarische Kost
• Diabetikerkost • püriertes Essen oder Trinkmenüs
Mikrowelle kann bei Malteser angemietet oder gekauft werden.
- Lieferung:** wöchentliche oder tägliche Anlieferung nach Vereinbarung
- Kosten:** Hauptgerichte € 7,- bis € 9,-; Suppe und Dessert zusätzlich;
kein Sonn- oder Feiertagszuschlag
Mietgebühr Mikrowelle € 6,90/Monat
- Aktionsradius:** München und gesamtes Würmtal

Die Johanniter Menüservice, Tel. 089/12 17 78 83, E-Mail: muenchen@juh-bayern.de

- Warmessen:** Nur für München-Stadt und Neuried, Preis auf Anfrage
- Tiefkühlkost:** Standardkarton oder Auswahl à la carte; Menükatalog auf Anfrage
• Vollkost • leichte Kost • vegetarische Kost • Diabetikerkost
• cholesterinarme Kost • natriumarme Kost • pürierte Kost
• Sonderformen für spezielle Ernährungsanforderungen
Aufwärm- und Tiefkühlgeräte können gekauft werden.
- Kosten:** Tiefkühlkost € 4,99 bis € 7,29
- Lieferung:** wöchentliche Auslieferung oder nach Vereinbarung
- Aktionsradius:** Gräfelfing, Planegg und Krailling: nur Tiefkühlkost
München-Stadt und Neuried: Tiefkühlkost und warmes Essen