

Warme oder tiefgekühlte Menüs - was passt besser zur mir?

Wer sich mit Essen auf Rädern befasst, stellt schnell fest, dass die Speisepläne der Anbieter eine große Auswahl bieten. Dabei können Sie meist nicht nur entscheiden, welches Gericht Sie essen wollen. Auch die Art der Lieferung bestimmen Sie selbst: Möchten Sie lieber heiße Menüs zur Mittagszeit oder Tiefkühlkost auf Vorrat bekommen? Wir zeigen Ihnen Ihre Möglichkeiten und helfen Ihnen herauszufinden, was am besten in Ihren Alltag passt.

Welche Vorteile bietet warmes Essen auf Rädern?

Warmes Essen auf Rädern ist die bequemste Lösung für alle, die täglich eine heiße Mahlzeit genießen möchten, ohne selbst in der Küche stehen zu müssen. Die Gerichte werden kurz vor der Lieferung zubereitet und in einer speziellen Isolierbox warm zu Ihnen gebracht – direkt servierfertig und auf den Punkt temperiert. Das spart Zeit und Aufwand, besonders wenn das Kochen im Alltag schwerfällt.

Ebenfalls ein Argument für eine verzehrfertig warme Mahlzeit ist der kleine soziale Kontakt im Alltag: Zur Mittagszeit klingelt es an der Tür, und ein Kurier bringt das Essen vorbei. So sorgt warmes Essen auf Rädern nicht nur für eine ausgewogene Ernährung, sondern auch für ein Stück Struktur, Sicherheit und Wohlbefinden im Tagesablauf. Auf Wunsch liefern viele Anbieter die warmen Menüschen sogar bis an Ihren Esstisch. Fragen Sie bei Bedarf, ob der Lieferant auch beim Öffnen der Schale behilflich ist.

Was Sie essen möchten, wählen Sie aus einem täglich wechselnden Menüplan mit meist mehreren Gerichten aus. Die Auswahl beschränkt sich dabei nicht nur auf die Hauptspeise. Auch Suppen, Beilagensalate, Desserts und Kuchenstücke können oft dazu bestellt werden. Wie häufig Sie beliefert werden möchten, entscheiden Sie selbst. Ob täglich, einmal die Woche oder einmal im Monat – der Mahlzeiten-Lieferdienst kommt nur dann mit einem warmen Mittagessen, wenn Sie ihn auch bestellt haben. Bei den meisten Anbietern gilt: Heute bestellt und schon morgen geliefert. Das ist besonders praktisch, wenn Sie Essen auf Rädern nur vorübergehend nutzen möchten, zum Beispiel weil Sie gerade einen Krankenhausaufenthalt hinter sich haben.

Die wichtigsten Vorteile von warmem Essen auf Rädern kurz zusammengefasst:

- Sie haben keinerlei Aufwand mit der Essenszubereitung.
- Wie im Restaurant können Sie Ihr Lieblingsgericht von einer Tageskarte wählen.
- Sie bekommen Ihr Essen warm und verzehrfertig auf den Tisch.
- Sie erleben durch den Kurier eine kurze, freundliche Begegnung zur Mittagszeit.

Welche Vorteile hat die Lieferung von Tiefkühlmenüs für Senioren?

Sie sind nicht der Typ, der sich gerne im Voraus festlegt? Tiefkühlgerichte sind die perfekte Wahl für alle, die in ihrem Alltag möglichst flexibel und unabhängig sein wollen. Statt täglicher Lieferung bekommen Sie einen größeren Vorrat an Tiefkühl-Menüs zu einem vereinbarten Termin. Welche Menüs das sind, können Sie meist à la carte aus einem umfangreichen Katalog aussuchen. Ebenso gibt es häufig fertig zusammengestellte Sortimente mit einer bestimmten Anzahl verschiedener Mittagessen, Suppen oder Kuchenstücke. So haben Sie immer eine Auswahl an leckeren und ausgewogenen Mahlzeiten zu Hause. Diese können Sie je nach Bedarf und Appetit selbstständig in der Mikrowelle oder dem Backofen aufwärmen. Das ist auch sehr nützlich, wenn Sie spontan Besuch bekommen!

Manchmal spielen mit dem Alter Unverträglichkeiten, pürierte Nahrung oder auch Schonkost eine größere Rolle. In der Regel finden Sie im tiefkühlfrischen Angebot auch verschiedene Sonderkostformen. Durch das Schockfrostern bleiben dabei Geschmack, Vitamine und Frische optimal erhalten. So schmecken die Tiefkühlgerichte bei richtiger Lagerung und Zubereitung auch nach Wochen noch. Tiefgefrorenes Gemüse enthält meist sogar mehr Nährstoffe, als Gemüse aus Gläsern und solches, das einige Tage im Kühlschrank lag.

Ein weiterer Pluspunkt von Tiefkühlkost sind die günstigeren Preise. Durch größere Pakete und weniger Lieferungen können Sie so Kosten sparen.

Was möchten Sie heute essen?

Ein weiterer Vorteil von Tiefkühlkost ist die Flexibilität. Sie können selbst entscheiden, zu welcher Tageszeit Sie essen möchten. Auch können Sie flexibel entscheiden, worauf Sie Appetit haben. Soll es etwas Süßes sein oder doch eher herzhaft? Haben Sie Lust auf ein Fleisch- oder Fischgericht oder soll es lieber Gemüse sein? Das können Sie Tag für Tag spontan entscheiden.

Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, auf Vorrat zu kaufen. So haben Sie immer ein zusätzliches Mittagsmenü zur Hand, wenn Sie jemand kurzfristig besucht.

Die wichtigsten Vorteile von Tiefkühlkost kurz zusammengefasst:

- Sie entscheiden selbst und spontan, was Sie wann essen möchten.
- Sie haben bei der Bestellung eine große Auswahl auch an Sonderkostformen, aus denen Sie individuell das auswählen, was Ihnen schmeckt.
- Sie reduzieren den Aufwand in der Küche deutlich, bereiten sich Ihr Essen aber immer noch selber zu.
- Sie sparen Kosten, indem Sie in der Regel eine Mindestabnahmemenge bestellen.

Die Liefervarianten im direkten Vergleich

Damit Sie warmes und tiefgekühltes Essen in allen wichtigen Punkten wirklich miteinander vergleichen können, finden Sie hier eine Übersicht:

Vergleichspunkt	Warmes Essen	Tiefgekühltes Essen
Komfort	Sofort verzehrfertig ohne Aufwand	Eigeninitiative erforderlich
Flexibilität	Kurzfristige Bestellung für den nächsten Tag möglich (je nach Anbieter)	Spontane Auswahl und Zubereitung aus dem Vorrat möglich
Auswahl	Täglich wechselnder Menüplan mit meist mehreren Menüs zur Auswahl	Große Auswahl à la carte, auch vorsortierte Sortimente und größere Pakete
Sonderkost	Je nach Anbieter/Kostform bereits im Menüplan berücksichtigt oder auf Anfrage	Großes Angebot an Sonderkostformen
Lieferung	Zur Mittagszeit durch einen Kurier	Auf Wunsch wöchentlich oder seltener
Lagerung	Nur kurzfristig, direkter Verzehr empfohlen	Im Tiefkühlschrank oder Tiefkühlfach des Kühlschranks mehrere Monate haltbar
Aufwand	Kein Zubereitungsaufwand	Einfaches Erwärmen in Mikrowelle oder Backofen
Kosten	Durch Lieferung und Service etwas teurer	Günstiger durch seltenere Lieferung und Vorratshaltung

Selbsttest: Welche Liefer-Variante passt besser zur Ihnen?

Sie sind sich noch nicht zu hundert Prozent sicher, welche Variante von Essen auf Rädern zu Ihnen passt? Dann machen Sie einfach unseren Selbsttest! Welche Aussagen treffen eher auf Sie zu?

- „Ich freue mich meine Woche schon im Voraus zu planen. Vorfreude ist eben die schönste Freude!“
- „Mir gefällt es, mich einfach an den Tisch zu setzen und essen zu können, ohne vorher in der Küche stehen zu müssen.“
- „Es ist schön, wenn regelmäßig jemand vorbeischaut.“
- „Ich esse gerne zu festen Zeiten.“
- „Ich habe keinen Platz oder keine Möglichkeit, größere Mengen Tiefkühlkost zu lagern.“
- „Ich habe keine Mikrowelle oder keinen Ofen zum Aufwärmen.“

Sprechen Ihnen diese Sätze aus der Seele? Dann sind heiß gelieferte Mahlzeiten für Ihren Alltag eine gute Wahl.

- „Ich kann nicht genau sagen, ob ich mittags zu Hause bin. Manche Aktivitäten ergeben sich kurzfristig.“
- „Ich habe genug Platz im Gefrierfach, um mehrere Menüs zu lagern.“
- „Das Aufwärmen in der Mikrowelle oder im Backofen macht mir nichts aus.“
- „Ich achte besonders auf den Preis pro Mahlzeit und möchte die Kosten durch größere Bestellmengen reduzieren.“
- „Worauf ich morgen Appetit habe? Das weiß ich nicht. Da möchte ich flexibel bleiben und spontan entscheiden.“
- „Ich habe gerne einen größeren Vorrat im Haus, um auch kurzfristig Gäste bewirten zu können.“

Finden Sie sich in diesen Aussagen wieder? Dann sind Tiefkühlmenüs eine optimale Lösung für Sie – flexibel, günstig und vielseitig.

Ist Ihr Ergebnis nicht eindeutig, kombinieren Sie doch einfach heiß gelieferte Menüs und Tiefkühlgerichte. Bestellen Sie sich für ausgewählte Tage warmes Essen auf Rädern nach Hause und für den Vorrat eine Auswahl an Tiefkühlkost-Sortimenten. So verbinden Sie perfekt Komfort und Flexibilität.

Wie bestellen Sie tiefgekühltes oder warmes Essen auf Rädern?

Bei allen Mahlzeiten-Diensten können Sie ganz unkompliziert bestellen - entweder per Telefon, über das Internet oder mittels einer App. Dabei wird gleich am Anfang zwischen heißen Gerichten und Tiefkühlkost unterschieden.

Bei warmem Essen, das zur Mittagszeit verzehrfertig zu Ihnen geliefert wird, stehen täglich verschiedene Gerichte zur Auswahl. Bestellen Sie telefonisch oder - falls vorhanden - im Onlineshop des Anbieters. Für Folgebestellungen können Sie dem Kurier Ihres Anbieters auch Ihren ausgefüllten Bestellschein mitgeben.

Tiefkühlgerichte finden Sie meist in einem separaten Katalog. Den können Sie sich von Ihrem Mahlzeiten-Dienst zuschicken lassen oder direkt im Internet durchblättern. Dort wird genau erklärt, wie Bestellung und Lieferung bei Ihrem Anbieter funktionieren und wie Sie gelieferten Gerichte fachgerecht lagern und aufwärmen. So ist der Weg zu regelmäßigem, ausgewogenem Essen nur einen Anruf oder Klick entfernt.