

Wenn der Einkauf und das Kochen nicht mehr so leicht von der Hand gehen, gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten:

Einige Lieferdienste bringen das fertig zubereitete Essen bis nach Hause. Bei anderen Anbietern und Diensten kann man Lebensmittel und andere Waren bestellen und direkt nach Hause liefern lassen. Darüber hinaus gibt es über das gesamte Stadtgebiet verteilt zahlreiche offene Mittagstische und Treffs, die dazu einladen, gemeinsam mit anderen zu essen.

→ Seite 1 Essens-Lieferdienste	→ Seite 2 Bringdienste aus Freiburg und der Region	→ Seite 5 Online-Supermärkte (deutschlandweit)	→ Seite 6 Drogerien, Mittagstische, Freiburger Tafel
---	---	---	---

1. Essen auf Rädern

Anbieter	Bestellwege	Angebot	Kosten
Zahner Feinkost Menü-Bring-Dienst Mitscherlichstraße 3 79108 Freiburg www.zahner-feinkost.de	• telefonisch: 0761/ 50 04 44-20 • per E-Mail: mbd@zahner-feinkost.de • per Fax • direkt beim Fahrer • fünf Tage im Voraus (bis 14 Uhr)	• Mo – Sa: täglich sechs verschiedene frisch gekochte Menüs aus vorwiegend regionalen Produkten von badischen Lieferanten, tägliche Anlieferung, Klassik Menüs, Aktions-Menüs, Kalt-Menüs, Vegetarische-Menüs, Salatplatte. • So: Menü zum Aufwärmen (Lieferung am Samstag)	9 – 11,50 €
Menüservice Kur + Reha GmbH in Kooperation mit apetito AG Eggstraße 8, 79117 Freiburg www.ihr-menueservice.de/menueservice/kur-reha-freiburg	• telefonisch: 0761/ 55 79 67 47 • per E-Mail: menueservice@apetito.de • per Post mit Rücksendekarte • online • direkt beim Fahrer • am Vortag	• Mo – So: Lieferung eines breiten Angebots an heißen oder tiefgekühlten Menüs. • Bestellbar ist auch spezielle Kost, wie pürierte, zerkleinerte oder hochkalorische Menüs. • Lieferung vormittags in einer Warmhaltebox	9 - 12 €

Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg, Tel.: 0761 201-3032

E-Mail: seniorenbuero@freiburg.de Internet: www.freiburg.de/senioren



Anbieter	Bestellwege	Angebot	Kosten
Landhausküche apetito AG www.landhaus-kueche.de/info	• telefonisch: 0761/ 51 56 92 37 • per E-Mail: info@landhaus-kueche.de • online • per App • direkt beim Fahrer • am Vortag	• Mo – So: Lieferung von heißen und tiefgekühlten Menüs mit großer Auswahl z. B. Vollkorn-/ Diabetiker-/ oder Diätmenü, vegetarisch oder püriert. • Keine vertragliche Bindung • Lieferung vormittags in einer Warmhaltebox	10 - 13 €

2. Bringdienste aus Freiburg

Fahrradkurier mit eigenen Fahrern bietet Abholung und Lieferung von / an Freiburger Geschäften.

Anbieter / Internetadresse	Bestellwege	Angebot	Bezahlung	Liefergebühr
VeloKurier Radlogistik Freiburg Christoph-Mang-Straße 12 79100 Freiburg www.velokurier.net	• Per Telefon • Online	• Lieferzeiten täglich, auch abends • Hol- und Bringdienst von Lebensmitteln, Drogerie, Einzelhandel (z.B. Reinigung) • Voraussetzung: Beahlt und fertig zusammengestellt!	• Bar • PayPal • Kreditkarte	ca. 9 – 15 €

Essens-Lieferdienste

Essenslieferdienste liefern Essensbestellungen mit eigenen Fahrern von unterschiedlichen Restaurants.

Anbieter / Internetadresse	Bestellwege	Angebot	Bezahlung	Liefergebühr
UberEats www.ubereats.com/de	• online • App • Registrierung erforderlich	• Lieferzeiten täglich, auch abends • Lieferzeit i. d. R. unter einer Stunde • Gerichte von kooperierenden Restaurants	• PayPal • Kreditkarte	Individuell
Lieferando www.lieferando.de				Individuell
Wolt www.wolt.com/de			• Barzahlung • PayPal	Keine Liefergebühren

3. Bringdienste aus der Region

Anbieter aus der Region oder mit regionalen Kooperationspartnern, die nach Hause liefern.

Anbieter / Internetadresse	Bestellwege	Angebot	Bestellung und Auslieferung	Bezahlung	Kosten und Konditionen
Edeka BECKESEPP https://beckesepp-soelden.edeka.shop/ Information: Tel. 0170 30 75 456	• online • Kundenkonto notwendig	• Lebensmittel und Getränke • Kühl- und Tiefkühlprodukte • Haushaltswaren • Drogerieartikel	• Mo – Fr 9 - 18 Uhr • Sa 10 - 13 Uhr • Liefertermin online wählbar • Vorbestellung ein Tag im Voraus	• Kreditkarte • Lastschrift • EC-Karte	• Mindestbestellwert 60 € • Lieferkosten 7,50 € • Kistenzuschlag 1 €
Regional bringt's! www.regional-bringts.de Tel. 0178 97 58 249		Produkte von regionalen Höfen und Erzeugern z. B. • Gemüse • Mehl, Brot • Eier oder Käse	• Sa von 11 - 17 Uhr • Bestellungen bis Do 13 Uhr	• Barzahlung • PayPal	• Mindestbestellwert 25 € • Lieferkosten 5 € • Versandkostenfrei ab 60 €

Anbieter / Internetadresse	Bestellwege	Angebot	Bestellung und Auslieferung	Bezahlung	Kosten und Konditionen
Regionalwert Frischekiste Ziegelhofstr. 202, 79110 Freiburg Tel.: 0761/ 42963800 www.regionalwert-frischekiste.de	• online • Kundenkonto notwendig	• Bio-Lebensmittel und Getränke • Bio-Kühlprodukte • Bio-Backwaren • Drogerieartikel • auch Bezug von Obst- und/oder Gemüseboxen im Abonnement möglich	• Kundenservice telefonisch Montag bis Freitag von 9 bis 16 Uhr erreichbar. • Auslieferungstag abhängig vom Wohnort.	• per SEPA-Lastschrift	• Mindestbestellwert 20 € • Lieferkosten 2,90 € • Versandkostenfrei ab 60 €
Morgengold Online Brötchen- Lieferservice www.morgengold.de		• Franchise-Unternehmen • Backwaren von einem Bäcker aus Region • Regelmäßige Lieferung im Abonnement (online änderbar)	• werktags bis 6.30 Uhr • Sa/ So bis 8.30 Uhr • Vorbestellung ein Tag im Voraus	• SEPA-Lastschrift am Monatsende	• Lieferkosten ca. 2 €
Express-Dienst Flink www.goflink.com/de-DE	• online • Per App • Kundenkonto notwendig	• Lieferung von Lebensmitteln, Getränken, (Tief-) Kühlprodukten durch (Fahrrad-) Kuriere • Kooperation mit lokalen Einkaufsmärkten	• Mo – Do 8 - 23 Uhr und Fr – Sa 8 - 24 Uhr • Lieferzeit i.d.R. unter einer Stunde	• PayPal • Kreditkarte • Google Pay	• Individuell

4. Online-Supermärkte (deutschlandweit)

Es gibt verschiedene Online-Supermärkte, die Lebensmittel und Haushaltswaren nach Hause liefern, der Versand dauert in der Regel wenige Tage. Auch Kühl- und Tiefkühlprodukte werden versandt, in der Regel werden diese mit Trockeneis gekühlt und speziell verpackt.

Anbieter	Bestellwege	Angebot	Bestellung und Auslieferung	Bezahlung	Kosten und Konditionen
Bauerntüte www.bauerntuete.de	• online • Kundenkonto notwendig	• Bio-Lebensmittel, sowohl frisch als auch haltbar	• Dienstag, Mittwoch und Donnerstag • Über DHL, Zustellung nach 1 - 3 Werktagen	• Kreditkarte • PayPal • EC-Karte	• Mindestbestellwert: 25 € • 5,90 € Versand
Supermarkt 24h www.supermarkt24h.de		• Lebensmittel und Getränke • Kühl- und Tiefkühlprodukte	• Lieferung mit DHL • Versand von Mi – Fr; Kühlprodukte von Mo-Do • Lieferzeiten 1 - 2 Tage	• PayPal • Kreditkarte • Google Pay	• Trockenwaren bis 25kg versandkostenfrei • Tiefkühlprodukte ab 7,90 €
MyTime – Online Supermarkt www.mytime.de		• Haushaltswaren • Drogerieartikel	• Versand mit DHL und DPD • Expresslieferung in 24 Stunden möglich	• PayPal • Kreditkarte • Sofortüberweisung	• 5,49 € Versand • Zzgl. 5,90 € bei Kühl- und Tiefkühlprodukten

5. Drogerien mit Lieferservice

Anbieter	Bestellwege	Auslieferung und Lieferdauer	Bezahlung	Kosten und Konditionen
dm www.dm.de	• online • per App • Kundenkonto notwendig	• auch Abholung im Markt möglich • Versand mit DHL und Hermes • 2 - 3 Werktage • Expresslieferung	• PayPal • Kreditkarte • Sofortüberweisung • Lastschrift • Vorkasse	• mit Kundenkonto gratis • ab 20 kg: 4,95 € Versand • Express 7,95 €
Rossmann www.rossmann.de	• online • per App	• auch Abholung im Markt möglich • Versand mit DHL • 2 - 4 Werktage	• Rechnung • Sepa-Lastschrift • Kreditkarte • PayPal	• 4,95 € Versand • ab 69 € versandkostenfrei
Müller Drogerie www.mueller.de	• Bestellung auch ohne Kundenkonto			• 3,95 € Versand • ab 49 € versandkostenfrei

6. Mittagstische und Caféterias

Über das gesamte Stadtgebiet verteilt gibt es zahlreiche offene Mittagstische und Treffs z.B. in **Begegnungsstätten** oder in **Stadtteil- und Familienzentren**. Weitere preisgünstige Mittagsessensangebote bieten die vielen **Betriebskantinen** in Freiburg.

Übersichten über diese Einrichtungen finden Sie in der Broschüre [Wegweiser Älterwerden in Freiburg](#) oder unter www.freiburg.de/senioren

7. Freiburger Tafel e. V.

Der Freiburger Tafelladen verkauft zu einem symbolischen Preis gespendete Lebensmittel an Menschen mit geringem Einkommen (1.050 € / Monat). Der Tafelladen hat keinen Bringdienst.

Freiburger Tafel e. V., Schwarzwaldstr. 58 A, 79117 Freiburg, Tel.: 0761/ 29 27 244

Öffnungszeiten: werktags 10 - 16 Uhr

E-Mail: info@freiburger-tafel.de

www.freiburger-tafel.de