

# Kostenlose und günstige Essensausgaben in München (Stand: September 2017)

<p>Franziskanerkonvent St. Anna St. Anna Platz, Tel. 212182-0 <a href="http://www.st-anna-muenchen.de">www.st-anna-muenchen.de</a> U4/U5 Lehel, Tram 18 Lehel</p>	<p>Montag-Freitag 10-14 Uhr im Nebenraum. Samstag und Sonntag an der Klosterpforte.</p>
<p>Arme Schulschwestern Unterer Anger 2 (beim Sankt-Jakobs-Platz), Tel. 231790, <a href="http://www.schulschwestern.de">www.schulschwestern.de</a> S-Marienplatz, U1/2/3/6 Sendlinger Tor, Bus 52/62 Blumenstraße</p>	<p>Brote täglich* von 9-10 und 14-16 Uhr Warmes Essen täglich* um 12 Uhr, jeweils Unterer Anger 2. *Ausnahmen: Sonntage, Feiertage und zu Urlaubszeiten. Im Zweifelsfall bitte vorher anrufen.</p>
<p>St. Bonifaz im Haneberghaus Karlstr. 34, Tel. 55171-0 /-300 <a href="http://www.sankt-bonifaz.de">www.sankt-bonifaz.de</a> U2/U8 Königsplatz</p>	<p>Warmes Essen täglich von 8-10 Uhr, Aufenthaltsmöglichkeit bis 12:30 Uhr. Beratung, Duschkmöglichkeit und Kleiderausgabe Mo,Di,Do,Fr 8-11:20 Uhr. Ärztl. Versorgung auch ohne Krankenschein Mo,Di,Do,Fr 8:30-11:20 Uhr.</p>
<p>Priesterseminar der Erzdiözese München und Freising, Georgenstr. 14, Tel. 381760 <a href="http://www.priesterseminar-muenchen.de">www.priesterseminar-muenchen.de</a> U3/U6 Giselastraße, Bus 150/154</p>	<p>Warmes Essen Mo-Fr 10:30-11:30 Uhr außer Feiertage und Semesterferien. Vorraum vor der Pforte, max. 15 Personen.</p>
<p>Templer Kloster, Birkenleiten 35 <a href="http://www.archiconvent-der-templers.org">www.archiconvent-der-templers.org</a> U1/Tram 15/25 Wettersteinplatz, Bus 52 Lebscheestraße</p>	<p>Täglich 14 und 18 Uhr.</p>
<p>Kloster der Englischen Fräulein Maria-Ward-Str. 11, Tel. 17953930 <a href="http://www.congregatiojesu.de">www.congregatiojesu.de</a> U1/U7 Gern, Tram 17/Bus 51/143/151 Maria-Ward-Straße</p>	<p>Warmes Essen Mo-Fr 11-12 Uhr außer in den Schulferien oder an Feiertagen. Bitte am Klostereingang klingeln.</p>
<p>Herz-Jesu-Kloster Buttermelcherstr. 10, Tel. 2025400 <a href="http://www.herz-jesu-kloster-muenchen.de">www.herz-jesu-kloster-muenchen.de</a> S Isartor, Tram 16/18 Reichenbachplatz</p>	<p>Mo-Fr 9-10 Uhr und 11-12 Uhr, So 10-12 Uhr. Ausnahme: Sommerpause.</p>
<p>Heilsarmee Steinerstr. 20, Tel. 267149 <a href="http://www.heilsarmee.de/muenchen">www.heilsarmee.de/muenchen</a> S7/S20 Mittersendling</p>	<p>Tägl. außer Sa ab 10:45 Uhr Suppe (50 Cent), 11:45 bis spätestens 12:30 Uhr Mittagessen (2,50 Euro, 2 Gänge enthalten). Für Mittagessen wenn möglich vorher anrufen. Auch in den Ferien geöffnet.</p>
<p>Katholischer Männerfürsorgeverein Pilgersheimer Str.9, Tel. 62502-0/-20 <a href="http://www.kmfv.de">www.kmfv.de</a> U1/U2 Kolumbusplatz, Bus 58</p>	<p>Frühstück 7-8 Uhr (1,20 Euro) Mittagessen 12-13:30 Uhr (2,30 Euro) Abendessen 18-19:30 Uhr (1,80 Euro) Täglich, auch in den Ferien.</p>

<p>Karla 51 Frauenobdach Karlstr. 51 U2/U8 Königsplatz</p>	<p>Frühstück Mo und Fr 8-14 Uhr (1,50 Euro). Warmes Essen Di, Do, So 12-17 Uhr (70 Cent). Psychologische Beratung Di ab 10 Uhr. Ärztl. Versorgung Do ab 13:30, Wartezeit im Café.</p>
<p>Bahnhoftsmission im Hauptbahnhof Gleis 11, Tel. 594576 <a href="http://www.bahnhoftsmission-muenchen.de">www.bahnhoftsmission-muenchen.de</a> S/U/Tram/Bus Hauptbahnhof</p>	<p>Notversorgung mit Brot und Tee 8:00-9:30, 10:30-12:00, 14:00-15:30, 16:30-18:00 und 19:30-21:30 Uhr. Ab 21 Uhr ist die Bahnhoftsmission ein Schutzraum für Frauen bzw. Frauen mit Kindern.</p>
<p>Missionarinnen der Nächstenliebe Plinganserstr. 22, Tel. 776281 S7/U6 Harras, Bus 53/132 Margaretenplatz</p>	<p>Warmes Essen Di, Mi, Fr, Sa, So um 15:00 Uhr (sonntags nach der Messe gegen 15:45 Uhr). Auch in den Ferien.</p>
<p>Möwe Jonathan Bus Haltestelle am Roßmarkt Tel. 3512088 <a href="http://www.benedikt-labre.de">www.benedikt-labre.de</a> <a href="http://www.khg.uni-muenchen.de/SozialesEngagement/MoeweJonathan.php">www.khg.uni-muenchen.de/SozialesEngagement/MoeweJonathan.php</a> U1/2/3/6 Sendlinger Tor</p>	<p>Täglich Tee, belegte Brote und Eintopf. Der blaue Kleinbus fährt abends durch die Stadt und macht allabendlich gegen 20 Uhr am Roßmarkt Station (nahe Sendlinger Tor, hinter Oberanger). Vor Ort kann Duschmöglichkeit besprochen werden.</p>
<p>St. Lukas Evangelische Pfarrei Thierschstr. 28, Tel. 2126860 <a href="http://www.sanktlukas.de">www.sanktlukas.de</a> S Isartor, Tram 18 Mariannenplatz</p>	<p>Brunch jeden 1. Sonntag im Monat von 11:15-13:00 Uhr. Für Teilnahme bitte um 11:15 Uhr da sein. Die Treppe in den Keller gehen.</p>
<p>Evangelische Versöhnungskirche Hugo-Wolf-Str.18, Tel. 31202630 <a href="http://www.versoehnungskirche-muenchen.de">www.versoehnungskirche-muenchen.de</a> U2 Harthof, Bus 172 Augustin-Rösch-Straße</p>	<p>Warmes Mittagessen Mo, Mi, Fr 11-13 Uhr mit Vor- und Nachspeise (1 Euro). Nur aus dem Sprengel Harthof/Hasenberggl. Im August einige Wochen Sommerpause.</p>
<p>Barmherzige Schwestern Haus Mechtild, Augsburg Str. 3a U1/2/3/6 Sendlinger Tor, Bus 62 Stephansplatz</p>	<p>Warmes Mittagessen Sa+So 11-12:30 Uhr, auch an Wochenend-Feiertagen.</p>
<p>5 vor 12-Dein Feldcafé. Solidarisches Essen Betrieben von der VolxKüche München e.V. Georgenschwaigstr. 26, Tel. 35818555 <a href="http://www.feldcafe.de">www.feldcafe.de</a> &amp; <a href="http://www.vokue-muc.de">www.vokue-muc.de</a> U2 Milbertshofen, Bus 177 Curt-Mezger-Pl.</p>	<p>Warmes Spendengericht zu Öffnungszeiten „Gib was Du willst. Alle werden satt&amp;glücklich.“ Mi, Do, Fr 11:30 bis 14 und 16:30 bis 21 Uhr Sa 10-22 Uhr, So 10-18 Uhr Mo und Di Ruhetag</p>

Fragen, Anregungen und Verbesserungen gerne an: Vanessa Blind, Christian Sax, Interessensgemeinschaft der Erwerbslosen München (IGEL), Telefon 0176-99908888, E-Mail: [sozialadressen@igel-muc.de](mailto:sozialadressen@igel-muc.de)

Mehr Infos zu Hilfsangeboten, Adresslisten (z.B. Notschlafstellen), ALG II-Formularen und zum IGEL-Stammtisch auf der Website von IGEL München: [www.igel-muc.de/formulare](http://www.igel-muc.de/formulare) - Stand: September 2017.

Wir bemühen uns, diese Liste aktuell zu halten. Kopieren und Weitergabe erlaubt und erwünscht. :-)  
V.i.S.d.P. Christian Sax, Friedrichshafener Str. 18, 81243 München