



13.05.2024-19.05.2024



Seniorenzentrum Wiehl
 Marienberghausener Str. 7-9
 51674 Wiehl
 Tel: 02262 – 7271 – 0
 Fax: 02262 – 7271 - 262

AWO Seniorenzentrum Wiehl Menüplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Tagessuppe 180kcal, 1BE Menü 1 	 3 Hausgemachter Zwiebelkuchen (9)(a.1,c,g,o) mit Blattsalat (g,j) 410 kcal, 4 BE	 64c Schweinebraten (i,l) mit Kartoffelgratin (g) und Tomatensalat 740 kcal, 6 BE	 87 Mettwurst (3,4) (a.1,c,f,i,j,o) mit Grünkohl(i,j) und Salzkartoffeln 550 kcal, 5 BE	 52 „Himmel und Äd“ gebratene Blutwurst(a,i,j) mit Röstzwiebel, Kartoffelstampf (g) und Apfelmus 620 kcal, 4 BE	 96d Seelachs (d) in Senfsauce (g,i,j,l) mit Blattspinat (g) und Kartoffeln 622 kcal, 5 BE	 42 saure Bohnensuppe (i,g) mit Mettwurst (3,4,9) (i,j,o) 620 kcal, 4 BE	 78 Ochsen- bäckchen (i,l) mit Spitzkohl (g) und Kartoffeln 531 kcal, 6 BE
Menü 2 Leichte Vollkost 	51 Rindergulasch mit Petersilien- Kartoffeln und Bohnensalat (g) 480 kcal, 4 BE	9 Nudeln (a.1,c) mit Tomatensauce (i) und Salat (g) 480 kcal, 5 BE	113a Geflügel- Cevapcici (a.1,c,j,g) mit Tsatsiki,(g) Reis und Salat (g,j) 653 kcal, 5 BE	16 Kartoffel- Möhren-Eintopf (i) mit Bockwurst (3,4,9)(o) 550 kcal, 4 BE	8a Rührei (c,g) mit Spinat (g) und Kartoffelpüree (g) 391 kcal, 5,0 BE	112 „Strammer Max“ Brot (a.1) mit gek. Schinken (3,4,11)(o) Spiegelei (c) und Salat(g,j) 461 kcal, 4 BE	17e Zander mit Kartoffel- Kräuter-Kruste (g) Spitzkohl (g) und Kartoffeln (g) 640 kcal, 4 BE
Dessert	Fruchtjoghurt (8)(g) 144 kcal, 2 BE	Obst	Vanillepudding (g) 200 kcal, 2 BE	Obst	Quarkdessert (8)(g) 136 kcal, 2 BE	Pistazienpudding (g) 200 kcal, 2 BE	Crème Brûlée (c,g) 210 kcal, 2 BE

1Geschmacksverstärker 2 Farbstoffe 3 Konservierungsstoffe 4 Antioxidationsmittel 5 gewachst 6 geschwärzt 7 Phosphat 8 Süßungsmittel 9 Säuerungsmittel 10 geschwefelt 11 Nitratpökelsalz

a.1) Weizen a.2) Roggen a.3) Gerste a.4) Hafer a.5) Dinkel a.6) Kamut b) Krebstiere/Krebstiererzeugnisse c) Eier/Eiererzeugnisse d) Fisch/Fischerzeugnisse e) Erdnüsse/Erdnusserzeugnisse
 f) Soja/Sojaerzeugnisse g) Milch, Lactose/Milcherzeugnisse h.1) Mandeln h.2) Haselnüsse h.3) Walnüsse h.4) Cashewnüsse k.5) Pekannüsse, h.6) Pistazien h.7) Paranüsse h.8) Macadamianüsse
 h.9) Queenslandnüsse i) Sellerie/Sellerieerzeugnisse j) Senf/Senferzeugnisse k) Sesamsamen/Sesamerzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulfite m) Lupine n) Weichtiere o) Schweinefleisch