



15.04.2024-21.04.2024



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 	 35 Kartoffel-Frischkäse-Taschen (a.1,c,g,i) mit Kräuterdip (g) und Rohkostsalat(g,i) 353 kcal, 4 BE	 33 gefüllte Paprika (a.1,c,g,i,o) in Tomatensauce (i) mit Kräuterreis 453 kcal, 5 BE	 54b Leberkäse (2,3,4) (a.1,i,j,o) mit Sauerkraut (i,l) und Kartoffelpüree (g) 587 kcal, 5 BE	 73 Kalbsleber (a.1) mit Apfel, Röstzwiebeln und Kartoffelstampf (g) 467 kcal, 6 BE	 96d gedünsteter Lachs (d) in Schnittlauch-Sauce (i,g) mit Brokkoli (g) und Kartoffeln 622 kcal, 4 BE	 4 Gulaschsuppe (i) mit Brot (a.1) 580 kcal, 3 BE	 86a Tafelspitz mit Meerrettich-Sauce,(g,l) Wirsing (g) und Salzkartoffeln 471 kcal, 6 BE
Menü 2 Leichte Vollkost 	63 Hähnchengyros mit Tsatsiki,(g) Reis und Salat (g) 532 kcal, 4 BE	44 Pellkartoffeln mit Kräuterquark (g) und Salat (g) 426 kcal, 4 BE	8a Rührei (c,g) mit Spinat (g) und Kartoffelpüree (g) 391 kcal, 5 BE	29a Kartoffel-Creme-Suppe (g,i) mit Baguette (a.1) 492 kcal, 6 BE	72 Nudeln (a.1,c) mit Bolognese-Sauce (i) und Maissalat (j) 565 kcal, 5 BE	97 Graupensuppe (i) mit Fleischeinlage 550 kcal, 4 BE	86 Tafelspitz mit Meerrettich-Sauce,(g,l) Salzkartoffeln und Gurkensalat 465 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	Dessert (a.1,c,g) 210 kcal, 2 BE	Dessert (a.1,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