

Speiseplan

vom 26.06.2017 bis 02.07.2017



Datum	Menü I	Kcal	Eiw	BE	Inh.- stoffe	Aller- gene	Menü II	Kcal	Eiw	BE	Inh.- stoffe	Aller- gene	Leichte Vollkost	Kcal	Eiw	BE	Inh.- stoffe	Aller- gene
Montag, den 26.Juni	*Brokkolicremesuppe	190	5	1	4	G,M,*	*Brokkolicremesuppe	190	5	1	4	G,M,*	*Brokkolicremesuppe	190	5	1	4	G,M,*
	Quark-Grießauflauf mit Kirschen u. Vanillesoße	282	17	2	1,3,7	M,E,G	Rindsgulasch "ungarisch"	323	20	1	4	G,M	Quark-Grießauflauf mit Äpfel u. Vanillesoße	282	17	2	1,3,7	G,M
	Pfirsichkompott	97	3	1	1	M,	Spätzle, Karottensalat	172	6	2		M,E,	Pfirsichkompott	97	3	1	1	M,E,
		112	1	1	1		Pfirsichkompott	112	1	1	1			112	1	1	1	
Dienstag, den 27.Juni	*Selleriecremesuppe	193	3	1	4	G,M,*	*Selleriecremesuppe	193	3	1	4	A,*	*Selleriecremesuppe	193	3	1	4	A,*
	Broccoli Nuss-Ecke,Salzkarto	308	8	3		E,G,N,*	Putensteak"Hawai"	306	25	1	4		Putensteak"Hawai"	306	25	1	4	
	Sahnesoße und Salat	93	3	1		M	Curryreis, Salat	221	3	2	4	M,	Curryreis, Salat	221	3	2	4	M,
	Vanillepudding	151	3	1	1	M	Vanillepudding	151	3	1	1	M,	Vanillepudding	151	3	1	1	M,
Mittwoch, den 28.Juni	*geröstete Grießsuppe	80	2	1	4	G,*	*geröstete Grießsuppe	80	2	1	4	G,*	*geröstete Grießsuppe	80	2	1	4	G,*
	Fleischkühle mit Püree	290	22	1	4	G,M,E,	Kartoffeltaschen mit	191	6	2	4	M	Fleischkühle mit Püree	290	22	1	4	G,M,E,
	Kohlrabigemüse	147	5	2		G,M,A,E	Kohlrabigemüse	119	4	1	4	G,M,*	Kohlrabigemüse	147	5	2		G,M,A,E
	Obst	119	4	1	4	G,M,*	Obst	81	1	2			Obst	119	4	1	4	G,M,*
Donnerstag, den 29.Juni	*Champignoncremesuppe	157	5	1	4	G,M,*	*Champignoncremesuppe	157	5	1	4	G,M,*	*Champignoncremesuppe	157	5	1	4	G,M,*
	Rühreier mit	220	15	0		M,E,	Zwetschgenknödel mit	361	8	2	6	E,G,	Zwetschgenknödel mit	361	8	2	6	E,G,
	Rahmspinat und	174	7	1		M,*	Vanillesoße	97	3	1	4	M	Vanillesoße	97	3	1	4	M
	Salzkartoffeln,Quarkspeise	301	14	3		M	Quarkspeise	167	11	1	1,3,7	M	Quarkspeise	167	11	1	1,3,7	M
Freitag, den 30.Juni	*Karottencremesuppe	204	5	1		G,M,*	*Karottencremesuppe	204	5	1		G,M,*	*Karottencremesuppe	204	5	1		G,M,*
	Pan. Hokifilet mit	250	16	2		F,G,	Gemüseschnitzel mit	232	8	2		E,G,*	Seelachsfilet natur, mit	241	20	1		*
	Kartoffelsalat	134	6	2	5	J,	Kartoffelsalat	134	6	2	5	J,*	Kartoffelsalat	134	6	2	5	J,*
	Fruchtjoghurt	147	5	2	1,3	M	Fruchtjoghurt	110	5	1	1	M	Fruchtjoghurt	110	5	1	1	M,
Samstag, den 01.Juli	*Linseneintopf mit Bockwurst und Brot, Dessert	406	30	3	4,5,2,9,3	G,M,A,*	*Linseneintopf mit Bockwurst und Brot, Dessert	406	30	3	4,5,2,9,3	G,M,A,	*Kartoffeleintopf mit Bockwurst und Brot, Dessert	406	30	3	4,5,2,9,3	G
		311	6	3	1,7	G,M		311	6	3	1,7	G,M		311	6	3	1,7	
Sonntag, den 02.Juli	*Leberspätzlesuppe	162	7	1		E,G,I,*	*Leberspätzlesuppe	162	7	1		E,G,I,*	*Leberspätzlesuppe	162	7	1		E,G,I,*
	Sauerbraten mit	288	23	1		A,	Sauerbraten mit	288	23	1		A,	Sauerbraten mit	288	23	1		A,
	Kloß und	134	3	2	1,2,3,	G	Kloß und	134	3	2	1,2,3,	G	Kloß und	134	3	2	1,2,3,	G
	Apfelrotkraut	56	1	1	4,3,7	*	Apfelrotkraut	56	1	1	4,3,7	*	Apfelrotkraut	56	1	1	4,3,7	*
	Eisbecher	164	2	3	5,10,9	M,I	Eisbecher	164	2	3	5,10,9	M,I	Eisbecher	164	2	3	5,10,9	M,I

mit Farbstoff =1; mit Konservierungsstoff =2; mit Antioxidationsmittel =3; mit Geschmacksverstärker =4; mit Säuerungsmittel =5; mit Phosphat=6; mit Süßungsmitteln =7; enthält eine Phenylalaninquelle=8;mit Verdickungsmittel=9;mit Emulgatoren=10;

gentechnisch veränderte Lebensmittel=11; Hauptallergene: A = Sellerie; B = Weichtiere; C = Erdnüsse; D = Lupine; E = Eier; F = Fisch; G = Glutenhaltiges Getreide; H = Schwefeldioxid und Sulfate (ab 10mg/kg); I = Soja;

3

J = Senf; K = Sesamsamen; L = Krebstiere ;M = Milch; N = Schalenfrüchte;

* =kann Spuren von,Senf,Sellerie,Soja,Milch,Laktose,Ei, Getreide enthalten

Unsere Speisen sind mit Jodsalz gewürzt.

* Unsere Suppen sind selbst hergestellt.

Änderungen vorbehalten

W. Bergdolt, EL

S.Jelinek,stell.HWL

B. Krauter, HWL

Speiseplan für Abendessen

vom 26.06.2017 bis 02.07.2017



	Abendessen	Kcal	Eiw	BE	stoffe	Allergene
Montag, den 26. Juni	Fleischsalat mit gekochten Ei und Tomatenecken und feine Leberwurst Brot, Butter	242	8	0	1,2,3,4	I,J,M
		81	7	0		
		65	3	0	2,3,4,10	
		262	1	2		G,M
Dienstag, den 27. Juni	Quark mit Salatgurke und Salzkartoffeln Brot Butter	215	15	0		M,H,
		105	3	2	5	
		112	1	2		G
		150	0	0		M
Mittwoch, den 28. Juni	Gemischte Bauernplatte mit mit Gewürzgurke Brot Butter	190	12	0	2,3,4,	
		17	0	0	2,3,7	
		112	1	2		G
		150	0	0		M,
Donnerstag, den 29. Juni	Brathering mit Bratkartoffeln Brot Butter	163	13	0	2,3,7	F
		134	5	2		
		112	1	2		G
		150	0	0		M
Freitag, den 30. Juni	Kräuterkäse und Romadour mit Rettichsalat Brot, Butter	102	8	0	1	
		113	12	0	1	
		33	0	0	1,2,3,	M,
		262	1	2		G,M
Samstag, den 01. Juli	<u>Sommerfest</u> Kaffee und Kuchen Spanferkelbraten mit Kloß und Soße Bratwürste mit Sauerkraut, Semmeln, Bratwurstsemmeln					
		375	21	2	2	G
		507	15	1	2,3,	G,
Sonntag, den 02. Juli	Heiß geräucherten Schinken und Champignonwurst mit Waldorfsalat, (feingeraspelte gek.Sellerie,Äpfel und Mandarinen) Brot, Butter	60	11	0	2,3,5,4	
		82	6	0	2,3,4,5,	J,A,N
		8	0	0	1,3,7	
		262	1	2		G,M
Abends bieten wir zusätzlich Suppe, versch. Brei- und Puddingsorten, anschl. eine Spätmahlzeit an.						
Abends stehen verschiedene Brotsorten zur Auswahl. 3						

mit Farbstoff =1; mit Konservierungsstoff =2; mit Antioxidationsmittel =3; mit Geschmacksverstärker =4; mit Säuerungsmittel =5; mit Phosphat=6; mit Süßungsmitteln =7; enthält eine Phenylalaninquelle=8;mit Verdickungsmittel=9;

mit Emulgatoren=10; gentechnisch veränderte Lebensmittel=11; Hauptallergene: A = Sellerie; B = Weichtiere; C = Erdnüsse; D = Lupine; E = Eier; F = Fisch; G = Glutenhaltiges Getreide; H = Schwefeldioxid und Sulfate (ab 10mg/kg);

I = Soja; J = Senf; K = Sesamsamen; L = Krebstiere ;M = Milch; N = Schalenfrüchte;

* =kann Spuren von,Senf,Sellerie,Soja,Milch,Laktose,Ei, Getreide enthalten

Änderungen vorbehalten

W. Bergdolt, EL

S.Jelinek,stell.HWL

* Unsere Suppen sind selbst hergestellt.

Unsere Speisen sind mit Jodsalz gewürzt.

B. Krauter, HWL

Seniorenzentrum der AWO, Schönau 2, 91781 Weißenburg