



### Speiseplan 3 Mittagsempfehlung (Senioren)

gültig ab: September 2020

(alle Angaben unter Vorbehalt von kurzfristigen Änderungen)

	Seniorengericht	Tagessuppe	Dessert
<b>Mo</b>	Nudelsuppe mit Hühnerfleisch und Gemüse (SL)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	473 kcal 5gF 71gKH 35gEW 2	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	siehe Becher
<b>Di</b>	Fischragout mit Kräutern (GW, F) Salzkartoffeln (SD) Rote Bete	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Zitronenquarkspeise
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	475 kcal 17gF 47gKH 31gEW 4, 13	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	120 kcal 1gF 11gKH 16gEW -
<b>Mi</b>	Kartoffel-Gemüse-Auflauf (M, LA, EI, SL) Rotkohlröhkost 	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Obst der Saison
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	455 kcal 33gF 30gKH 7gEW 13	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	siehe Becher
<b>Do</b>	Hühnerfrikassee (GW, M, LA) Salzkartoffeln (SD) Möhrenröhkost	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Pfirsichkompott
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	605 kcal 16gF 66gKH 45gEW 2,13	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	95 kcal 0gF 22gKH 1gEW
<b>Fr</b>	Eierragout (GW, Ei) Salzkartoffeln (SD) Rote Bete 	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Obst der Saison
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	522 kcal 23gF 51gKH 21gEW 2, 4, 13 GW, Ei, SD	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	siehe Becher
<b>Sa</b>	Bratwurst (Schwein) (M, LA, SE) Sauerkraut Kartoffelpüree (M, LA)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Joghurt
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	645 kcal 45gF 35gKH 20gEW 1, 2, 3, 6, 12, 16 LA, M	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	siehe Becher
<b>So</b>	gefüllte Paprikaschote mit Schweinehackfleisch (GW, Ei) Soße (GW, M, LA, Ei) Salzkartoffeln (SD)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Pudding mit Vanillegeschmack
kcal/Nährwertangaben Zusatzstoffe/Allergene	497 kcal 29gF 44gKH 14gEW 13	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW 13 M, LA, SL	siehe Becher

mit: (1) Konservierungsstoffen; (2) Antioxidationsmittel; (3) Geschmacksverstärker; (4) Süßungsmittel; (5) Süßungsmitteln; (6) einer Zuckerart und Süßungsmittel; (7) einer Zuckerart und Süßungsmitteln; (8) Zuckerarten und Süßungsmittel; (10) enthält eine Phenylalaninquelle; (12) Farbstoff; (13) geschwefelt; (16) Phosphat; (19) Milcheiweiß; (23) Pflanzeneiweiß; (24) Stärke (bei tierischen LM)

mit: (G) Glutenhaltiges Getreide\*; (LA) Lactose; (M) Milch; (Ei) Eier, (F) Fisch; (SL) Sellerie; (SE) Senf; (SF) Schalenfrüchte; (SO) Soja; (K) Krebstiere; (LU) Lupine; (E) Erdnuss; (SS) Sesamsamen; (SD) Schwefeldioxid und Sulfide

\*GW – Weizen, GR – Roggen, GG – Gerste, GH – Hafer, GD – Dinkel, GK – Kamut