

Speiseplan 5 Mittagsempfehlung (Senioren)

gültig ab: September 2020

(alle Angaben unter Vorbehalt von kurzfristigen Änderungen)

	Seniorengericht	Tagessuppe	Dessert
Mo	Spaghetti (GW) Soße "Margarita" Reibekäse (LA, M) Salatmix (M, LA, SE, SL, Ei) 	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Joghurt siehe Becher
kcal/Nährwertangaben	534 kcal 16gF 78gKH 18gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	
Zusatzstoffe/Allergene	1, 2, 6, 12	13,00 ML,LA,SL	
Di	gekochtes Ei Senfsoße (GW, SE) Salzkartoffeln (SD) Rote Bete 	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Obst der Saison
kcal/Nährwertangaben	459 kcal 21gF 46gKH 20gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	
Zusatzstoffe/Allergene	4, 13	13,00 ML,LA,SL	
Mi	kleine geschm. Blutwurst (SE) und Bratwurst (SE, SL) Sauerkraut Kartoffelbrei (M, LA)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Heidelbeerquark- speise
kcal/Nährwertangaben	681 kcal 49gF 31gKH 19gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	107 kcal 2gF 11gKH 10gEW
Zusatzstoffe/Allergene	1,16	13,00 ML,LA,SL	M, LA
Do	Kohlrübeneintopf mit Hühnerfleisch (SL) 1 Scheibe Brot (GW)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Obst der Saison
kcal/Nährwertangaben	335 kcal 5gF 45gKH 30gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	
Zusatzstoffe/Allergene	2,13	13,00 ML,LA,SL	
Fr	Spinatauflauf mit Nudeln (GW, M, LA) 	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Apfelmus und Soße mit Vanillegeschmack
kcal/Nährwertangaben	452 kcal 25gF 35gKH 19gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	109 kcal 2gF 22gKH 2gEW
Zusatzstoffe/Allergene	12	13,00 ML,LA,SL	2,12 M, LA
Sa	Seelachs gedünstet Kräutersoße (GW, GG, M, LA, F) Karotten rustikal (M, LA) Salzkartoffeln (SD)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Joghurt siehe Becher
kcal/Nährwertangaben	459 kcal 16gF 55gKH 32gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	
Zusatzstoffe/Allergene	13	13,00 ML,LA,SL	
So	Putengulasch (GW) Blumenkohl (M, LA) Salzkartoffeln (SD)	Tagessuppe (aus Kartoffeln, verschiedenen Gemüsesorten und Brühe verfeinert mit Butter)	Zitronenspeise siehe Becher
kcal/Nährwertangaben	590 kcal 28gF 43gKH 39gEW	89 kcal 5gF 6gKH 5gEW	
Zusatzstoffe/Allergene	2, 13	13,00 ML,LA,SL	

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) Pflanzeiweiß; (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; (SüD) Schwefeldioxid und Sulfide

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