

Speiseplan

gültig vom 25.01.2021 bis 31.01.2021



Haus der Senioren
Marktbreit

KW 4	Das Klassische	Die Alternative	Das Pürierte
Montag, 25.01.2021	Schnittlauchcreme- <small>A,Wz,G 1</small>		
	Fleischküchle mit <small>A,C,M</small> Bratkartoffeln und Endiviensalat <small>O-, 3,1,5</small>	Gemüseteller mit Kräuterbutter <small>G</small>	gem.Hackfleisch in Tomatensoße, <small>A,Wz,C</small> Püree und <small>G,O</small> Kohlrabi mit <small>C,O</small> Soße <small>A,Wz,G 1</small>
	kcal 850,8/kJ 3559,8/Fett 44,9/EW 30,9/KH 74,9/BE 6,2	kcal 234,2/kJ 979,8/Fett 13,8/EW 4,8/KH 20,9/BE 1,7	kcal 342,1/kJ 1431,2/Fett 16,8/EW 14,5/KH 31,2/BE 2,6
Dienstag, 26.01.2021	Banane		
	gekochtes Rindfleisch mit <small>L</small> Kartoffeln und Wirsinggemüse <small>A,Wz,G 1</small>	Kürbiscremesuppe <small>A,Wz,G 1</small> Kirschknödel mit <small>O 3,2,5</small> Vanillesoße <small>G 1</small>	Rindfleisch mit <small>C,G,L,O</small> Bratensoße, Püree und <small>G,O</small> Wirsinggemüse <small>A,Wz,G 1</small>
	kcal 531,5/kJ 2223,7/Fett 24,4/EW 34,1/KH 41,0/BE 3,4	kcal 525,5/kJ 2198,7/Fett 3,7/EW 12,1/KH 108,2/BE 9,0	kcal 473,4/kJ 1980,8/Fett 25,8/EW 31,6/KH 27,3/BE 2,3
Mittwoch, 27.01.2021	Apfelquark <small>G 3</small> Nudelsuppe <small>A,Wz,C</small>		
	Rahmchampignons mit <small>A,Wz,G 1</small> Semmelknödel und <small>A,C,G</small> Chinakohlsalat	paniertes Seelachsfilet mit <small>A,Wz,D,G,M</small> Remoulade, <small>G 9,1</small> Kartoffeln und Chinakohlsalat	Fisch mit <small>C,D,G,O</small> Sahnesoße, <small>A,Wz,G 1</small> Püree und <small>G,O</small> Erbsen mit <small>C,O</small> Soße <small>A,Wz,G 1</small>
	kcal 220,2/kJ 921,5/Fett 15,0/EW 8,9/KH 12,3/BE 1,0	kcal 521,8/kJ 2183,1/Fett 28,8/EW 21,6/KH 41,1/BE 3,4	kcal 496,8/kJ 2078,6/Fett 20,9/EW 32,0/KH 41,3/BE 3,4
Donnerstag, 28.01.2021	Karameldessert <small>G 1</small> Zucchini cremesuppe <small>A,Wz,G 1</small>		
	Hühnerfrikassee mit <small>A,Wz,Ge,G,L-, 1</small> Reis und Fingermöhren <small>G</small>	Eier in <small>C</small> Senfsoße, <small>A,Wz,G,M 1</small> Kartoffeln und Endiviensalat <small>O-, 3,1,5</small>	Huhn mit <small>C,G,O</small> Sahnesoße und <small>A,Wz,G 1</small> Püree und <small>G,O</small> Möhren mit <small>C,O</small> Soße <small>A,Wz,G 1</small>
	kcal 401,7/kJ 1680,8/Fett 14,4/EW 20,1/KH 45,5/BE 3,8	kcal 1901,6/kJ 7956,1/Fett 127,3/EW 143,6/KH 43,3/BE 3,6	kcal 451,9/kJ 1890,6/Fett 18,3/EW 29,5/KH 39,2/BE 3,3
Freitag, 29.01.2021	Fruchtgelee Orange <small>3,9,1</small> klare Gemüsesuppe <small>L</small>		
	gedünstetes Barschfilet mit <small>D</small> Zitronensoße, <small>A,Wz,G 1</small> Kartoffeln und Endiviensalat <small>O-, 3,1,5</small>	Gemüse-Kräuter-Puffer mit <small>A,Wz,C,L 1</small> Kräuterquark <small>G</small>	Fisch mit <small>C,D,G,O</small> Zitronensoße, <small>A,Wz,G 1</small> Püree und <small>G,O</small> Mischgemüse mit <small>C,O</small> Soße <small>A,Wz,G 1</small>
	kcal 417,4/kJ 1746,5/Fett 11,7/EW 36,8/KH 37,8/BE 3,1	kcal 587,7/kJ 2459,0/Fett 20,3/EW 24,6/KH 71,7/BE 6,0	kcal 489,4/kJ 2047,8/Fett 22,0/EW 29,9/KH 41,7/BE 3,5
Samstag, 30.01.2021	Frisches Obst der Saison		
	Grüner Bohneneintopf mit Bauchfleisch, <small>G,L,O 3</small> Brot <small>3,8,2</small> <small>A,Wz,Ro,Hb,P</small>	Quarkauflauf mit Rosinen <small>C,G 1</small>	Grüner Bohneneintopf mit Bauchfleisch, <small>G,L,O 3</small> Weißbrot <small>3,8,2</small> <small>A,Wz,G</small>
	kcal 334,6/kJ 1399,8/Fett 16,9/EW 15,6/KH 28,9/BE 2,4	kcal 314,2/kJ 1314,8/Fett 4,3/EW 23,3/KH 46,3/BE 3,9	kcal 3385,2/kJ 14163,5/Fett 292,4/EW 168,6/KH 41,8/BE 3,5
Sonntag, 31.01.2021	Pflaumenkompott <small>3</small> Leberspätzlesuppe <small>A,Wz,C,F,L</small>		
	Kalbsbäckchen mit Rahmsoße, <small>G</small> Spätzle mit <small>A,Wz,C</small> Mischgemüse <small>G</small>	Broccoli-Kartoffel- <small>C,G</small> Auflauf mit Käsesoße und <small>A,Wz,G 1</small> Püree <small>G,O</small>	gem.Geschnetzeltes in Rahmsoße, <small>A,G</small> Püree und <small>G,O</small> Mischgemüse mit <small>C,O</small> Soße <small>A,Wz,G 1</small>
	kcal 612,8/kJ 2563,9/Fett 24,7/EW 34,2/KH 63,4/BE 5,3	kcal 297,2/kJ 1243,5/Fett 15,2/EW 15,8/KH 23,5/BE 2,0	kcal 401,6/kJ 1680,4/Fett 20,2/EW 23,6/KH 30,8/BE 2,6
	Mokkacreme <small>G</small>		