

Speiseplan

gültig vom 16.10.2023 bis 22.10.2023

Haus der Senioren
Marktbreit



| KW 42 | Das Klassische | Die Alternative | Das Pürierte |
|---------------------------|---|---|--|
| Montag, 16.10.2023 | --- | | |
| | Kartoffelgemüse mit Fleischwurst kcal 493,3/kJ 2064,0/Fett 34,4/EW 16,0/KH 28,4/BE 2,4 | | gem.Fleischwurst in Sahnesoße, Püree und Möhren mit Soße kcal 493,2/kJ 2063,4/Fett 32,9/EW 16,7/KH 30,5/BE 2,5 |
| Dienstag, 17.10.2023 | Banane Blumenkohlcremesuppe | | |
| | Hackbraten mit Kartoffeln und Kohlrabigemüse kcal 488,4/kJ 2043,6/Fett 17,3/EW 21,9/KH 58,1/BE 4,8 | Reisbrei mit kcal 446,8/kJ 1869,3/Fett 6,3/EW 17,1/KH 80,6/BE 6,7 | gem.Hackfleisch in Tomatensoße, Püree, Kohlrabi mit Soße kcal 378,4/kJ 1583,3/Fett 19,7/EW 16,0/KH 32,1/BE 2,7 |
| Mittwoch, 18.10.2023 | Birnenkompott --- | | |
| | Fischfilet mit mediterranem Gemüse und Kartoffeln kcal 682,8/kJ 2856,7/Fett 11,8/EW 45,5/KH 94,0/BE 7,8 | Kartoffeln mit Kräuterquark kcal 228,4/kJ 955,6/Fett 0,9/EW 22,3/KH 30,5/BE 2,5 | gem.Fisch in Käsesoße, Püree und Zucchini mit Soße kcal 375,2/kJ 1569,9/Fett 18,6/EW 23,1/KH 26,9/BE 2,2 |
| Donnerstag, 19.10.2023 | Erdbeerjoghurt Zucchinicremesuppe | | |
| | Rahmspinat, Rührei und Kartoffeln kcal 389,5/kJ 1629,6/Fett 20,7/EW 19,1/KH 29,1/BE 2,4 | | Rührei in Senfsoße, Püree und Rahmspinat kcal 294,9/kJ 1234,0/Fett 19,8/EW 12,9/KH 15,5/BE 1,3 |
| Freitag, 20.10.2023 | Fruchtquark Kürbiscremesuppe | | |
| | Matjes "Hausfrauen Art" mit Kartoffeln und Blattsalat kcal 217,8/kJ 911,4/Fett 7,9/EW 5,2/KH 28,9/BE 2,4 | Maultaschen-Gemüse-Pfanne mit Käsesoße kcal 366,7/kJ 1534,1/Fett 15,3/EW 14,2/KH 40,9/BE 3,4 | gem. Matjes "Hausfrauen Art" Püree Mischgemüse kcal 239,7/kJ 1003,0/Fett 9,8/EW 10,7/KH 24,4/BE 2,0 |
| Samstag, 21.10.2023 | --- | | |
| | Möhreneintopf mit Wursteinlage, Brot und Mandarinenkompott kcal 909,8/kJ 3806,5/Fett 14,3/EW 15,9/KH 171,0/BE 14,3 | Kaiserschmarrn mit Zimt-Zucker und Mandarinenkompott kcal 658,2/kJ 2754,0/Fett 31,5/EW 18,4/KH 74,8/BE 6,2 | Möhreneintopf mit Wursteinlage, Weißbrot und Kompott gemixt kcal 364,4/kJ 1524,5/Fett 11,6/EW 10,3/KH 51,0/BE 4,2 |
| Sonntag, 22.10.2023 | --- | | |
| | Broccolicremesuppe mit Mandelblättchen | | |
| | Schinkenhonigbraten mit Rahmsauce, Kloß und Leipziger Allerlei kcal 567,5/kJ 2374,3/Fett 23,2/EW 28,0/KH 57,5/BE 4,8 | | gem.Braten in Honigrahmsauce, Püree und Sommergemüse kcal 315,8/kJ 1321,3/Fett 15,8/EW 18,4/KH 22,9/BE 1,9 |
| Himbeercreme | | | |