



30.06.2025-06.07.2025



Seniorenzentrum Wiehl
 Marienberghausener Str. 7-9
 51674 Wiehl
 Tel: 02262 – 7271 – 0
 Fax: 02262 – 7271 - 262

AWO Seniorenzentrum Wiehl Menüplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Tagessuppe 180kcal, 1BE Menü 1 	120 Penne (a.1,c) mit Blattspinat und Cherry-Tomaten in Sahne-Sauce (g,i,l) 533 kcal, 5,0 BE	23 Schweinesteak (o) in Kräutersauce (g,i,l) mit Kroketten (a.1,c,g) und Salat (g) 465 kcal, 4 BE	66 Gemüsestrudel (a.1,c,g,i,l) mit Kräuterdip (g) 562 kcal, 4 BE	45 frische Bratwurst (j,o) mit Blumenkohl (a.1,g) und Salzkartoffeln 610 kcal, 5,0 BE	5 Heringsstipp (c,g,d) mit Petersilien- Kartoffeln 610 kcal, 4,0 BE	18 Linseneintopf mit Bockwurst (3,4)(o) 580 kcal, 5 BE	68a Hähnchenbrust (g) mit Spargel (g) und Petersilien- Kartoffeln 549 kcal, 4 BE
Leichte Vollkost Menü 2 	43 Züricher Geschnetzeltes von der Pute (g,i,l) mit Semmelknödel (a.1,c,g) und Salat(g) 523 kcal, 4 BE	48 Eierpfannkuchen (a.1,c,g) mit Apfelmus (8) und Vanillesauce (g) 583 kcal, 5 BE	72 Nudeln (a.1,c) mit Bolognese- Sauce (i) und Maissalat (j) 565 kcal, 5 BE	40 Hühnereintopf (a.1,c,i) mit Gemüseinlage und Reis 510 kcal, 4 BE	20 Kartoffel- Gemüse Auflauf(g,i) 580 kcal, 5 BE	100 Speck- Pfannkuchen (11)(a.1,c,g,o) mit Gurkensalat (g) 666 kcal, 4 BE	68a Hähnchenbrust (g) mit Möhren (g) und Kartoffel 549 kcal, 4 BE
Dessert 	Fruchtjoghurt (8)(g) 144 kcal, 2 BE	Obst	Götterspeise (2) mit Vanillesauce (g) 200 kcal, 2 BE	Obst	Quarkdessert (8)(g) 136 kcal, 2 BE	Dessert (a.1,c,g) 210 kcal, 2 BE	Dessert (a.1,c,g) 210 kcal, 2 BE

1Geschmacksverstärker 2 Farbstoffe 3 Konservierungsstoffe 4 Antioxidationsmittel 5 gewachst 6 geschwärzt 7 Phosphat 8 Süßungsmittel 9 Säuerungsmittel 10 geschwefelt 11 Nitratpökelsalz

a.1) Weizen a.2) Roggen a.3) Gerste a.4) Hafer a.5) Dinkel a.6) Kamut b) Krebstiere/Krebstiererzeugnisse c) Eier/Eiererzeugnisse d) Fisch/Fischerzeugnisse e) Erdnüsse/Erdnusserzeugnisse
 f) Soja/Sojaerzeugnisse g) Milch, Lactose/Milcherzeugnisse h.1) Mandeln h.2) Haselnüsse h.3) Walnüsse h.4) Cashewnüsse k.5) Pekannüsse, h.6) Pistazien h.7) Paranüsse h.8) Macadamianüsse
 h.9) Queenslandnüsse i) Sellerie/Sellerierzeugnisse j) Senf/Senferzeugnisse k) Sesamsamen/Sesamerzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulfite m) Lupine n) Weichtiere o) Schweinefleisch