



**04.08.2025-10.08.2025**



**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
<b>Tagessuppe</b> 180kcal, 1BE  <b>Menü 1</b> 	66 Gemüsestrudel (a.1,c,g,i,l) mit Kräuterdip (g)  562 kcal, 4 BE	13 Schnitzel (a.1,c,o) mit Pilz- Rahm-Sauce (g,i,l) dazu Röstis(a.1,c) und Salat (g,j)  610 kcal, 4 BE	10c Putensteak in Kräuter-Sauce (g,l,i) mit Brokkoli (g) und Kartoffelgratin (g) 549 kcal, 5 BE	52 „Himmel und Äd“ gebratene Blutwurst(a,i,j) mit Röstzwiebel, Kartoffelstampf (g) und Apfelsmus  620 kcal, 4 BE	96d Seelachs (d) in Senfsauce (g,i,j,l) mit Blattspinat (g) und Kartoffeln  622 kcal, 5 BE	97 Graupensuppe (i) mit Fleischeinlage  550 kcal, 4 BE	78 Ochsen- bäckchen (i,l) mit Spitzkohl (g) und Salzkartoffeln  531 kcal, 6 BE
<b>Leichte Vollkost</b>  <b>Menü 2</b> 	113a Geflügel- Cevapcici mit Ratatouille- Gemüse (i) und Reis  620 kcal, 6 BE	48 Eierpfannkuchen (a.1,c,g) mit Rotegrütze und Vanillesauce (g)  583 kcal, 5 BE	98 Vegetarische Gemüse-Reis- Pfanne (c,f,g,i,k)  420 kcal, 4 BE	16 Kartoffel- Möhren-Eintopf (i) mit Bockwurst (3,4,9)(o)  550 kcal, 4 BE	26a Hausgemachte Frikadelle (a.1,c,j) mit Möhren (g) und Kartoffelpüree (g)  708 kcal, 5 BE	48b Apfelfanne- Kuchen (a.1,c,g) mit Zimt/Zucker  488 kcal, 4 BE	78 Ochsen- bäckchen (i,l) mit Schupfnudeln (a.1,c) und Salat (g)  531 kcal, 6 BE
<b>Dessert</b> 	Fruchtyoghurt (8)(g) 144 kcal, 2 BE	Obst	Vanillepudding (a.1,g,h.1) 200 kcal, 2 BE	Obst	Quarkdessert (8)(g) 136 kcal, 2 BE	Pistazienpudding (g) 200 kcal, 2 BE	Crème Brûlée (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/Sellerieerzeugnisse j) Senf/Senferzeugnisse k) Sesamsamen/Sesamerzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulfite m) Lupine n) Weichtiere o) Schweinefleisch