

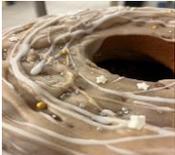


# 11.08.2025-17.08.2025



**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> 	116 Kalbsgulasch (g,l) mit Spätzle (a.1,c,g) und Spitzkohlsalat  523 kcal, 5 BE	51b Rinder-Geschnetzeltes „Stroganoff“ (g,l) mit Kartoffeln und Salat (g)  480 kcal, 5 BE	68c Hähnchenbrust in fruchtiger Curry-Sauce (g,i,l) mit Brokkoli (g) und Kroketten (a.1,c,g) 544 kcal, 4 BE	64 Haxen (o) mit Wirsing (g) und Semmelknödel (a.1,c,g)  550 kcal, 6 BE	5 Heringsstipp (c,g,d) mit Petersilien-Kartoffeln  610 kcal, 4 BE	4 Gulaschsuppe (i) mit Brot (a.1)  580 kcal, 3 BE	78 Rinderbraten-Braten(i,l) mit Möhren (g) und Kartoffelgratin (g) 531 kcal, 6 BE
<b>Leichte Vollkost</b>  <b>Menü 2</b> 	124a Hähnchen Nuggets (a.1,c) mit Erbsen (g) und Kartoffelstampf (g)  579 kcal, 4 BE	44 Pellkartoffeln mit Kräuterquark (g) und Salat (g)  426 kcal, 4 BE	9 Nudeln (a.1,c) mit Tomatensauce (i) und Gurkensalat (g)  480 kcal, 5 BE	40 Hühnereintopf (a.1,c,i) mit Gemüseeinlage und Nudeln  510 kcal, 4 BE	8a Rührei (c,g) mit Spinat (g) und Kartoffelpüree (g)  391 kcal, 5 BE	74 Toast Hawaii (a.1,g,o) mit Salat (g,j)  470 kcal, 2 BE	78a Rinderbraten-Braten(i,l) mit Salzkartoffel und Salat  495 kcal, 4 BE
<b>Dessert</b> 	Fruchtjoghurt (8)(g) 144 kcal, 2 BE	Obst	Grießpudding (a.1,g,h.1) 200 kcal, 2 BE	Obst	Quarkdessert (8)(g) 136 kcal, 2 BE	Dessert (a.1,c,g) 210 kcal, 2	Dessert (a.1,c,g) 210 kcal, 2

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