



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

08.12.2025-14.12.2025

AWO Seniorenenzentrum Wiehl Menüplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Tagessuppe 180kcal, 1BE Menü 1 	64c Schweinebraten (i,l) mit Kartoffelgratin (g) und Tomatensalat 740 kcal, 6 BE	37a Hackbällchen (a.1,c,j) in Champignon-Rahmsauce (g,i) mit Reis und Salat (g,j) 655 kcal, 5 BE	3 Hausgemachter Zwiebelkuchen (9)(a.1,c,g,o) mit Blattsalat (g,j) 410 kcal, 4 BE	23 Schweinesteak (o) in Kräutersauce (g,i,l) mit Kroketten (a.1,c,g) und Salat (g) 465 kcal, 4 BE	96d Seelachs (d) in Senfsauce (g,i,j,l) mit Blattspinat (g) und Kartoffeln 622 kcal, 5 BE	97 Weiße Bohnensuppe (i) mit Fleischeinlage 550 kcal, 4 BE	7 Schweinefilet (i,l,o) in Pfefferrahm (g,l) mit Rosenkohl (g,o) und Kroketten (a.1,c,g) 534 kcal, 5 BE
Leichte Vollkost Menü 2 	21 Vegetarische Tortellini (a.1,c) in Sahne-Sauce (g,i) mit Brokkoli und Karotten 690 kcal, 6 BE	12 Kaiserschmarren (a.1,c,g) mit Apfelmus 720 kcal, 5 BE	51 Rindergulasch mit Petersilien-Kartoffeln und Bohnensalat (g) 480 kcal, 4 BE	117 Tomatencreme-Suppe (i) dazu Reis und Baguette (a.1) 555 kcal, 3,0 BE	43a Puten-geschnetzeltes (g,l,i) mit Spätzle und Chinakohl (g,j) 539 kcal, 5 BE	48b Apfelpfanne-Kuchen (a.1,c,g) mit Zimt/Zucker 488 kcal, 4 BE	7a Schweinefilet in Pfefferrahm (g,l) (i,l,o) mit Schupfnudeln (a.1,c) und Salat (g) 842 kcal, 5 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	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/Sellereerzeugnisse j) Senf/Senferzeugnisse k) Sesamsamen/Sesamerzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulfite m) Lupine n) Weichtiere o) Schweinefleisch