



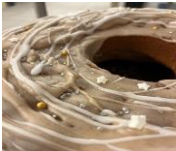


15.12.2025-21.12.2025



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 Menü1 	51b Rinder- Geschnetzeltes „Stroganoff“ (g,l) mit Kartoffeln und Salat (g) 480 kcal, 5 BE	116 Kalbsgulasch (g,l) mit Spätzle (a.1,c,g) und Spitzkohlsalat 523 kcal, 5 BE	120 Penne (a.1,c) mit Blattspinat und Cherry-Tomaten in Sahne-Sauce (g,i,l) 533 kcal, 5,0 BE	62 Mini Bratwürstchen (i,j,o) (3,4)mit geschmortem Weißkohl (i) und Kartoffelstampf (g) 750 kcal, 6 BE	106a gebratene Forelle (a.1,g) mit Petersilien- Kartoffeln und Blattsalat (g) 463 kcal, 3 BE	24 Reibekuchen (a.1,c) mit Apfelmus 732 kcal, 6 BE	92b Krustenbraten (4,11)(o) mit Rosenkohl (g,o) und Salzkartoffeln 531 kcal, 4 BE
Leichte Vollkost Menü 2 	113a Geflügel- Cevapcici mit Ratatouille- Gemüse (i) und Reis 620 kcal, 6 BE	20 Griechischer Kartoffel- Auflauf(g,i) 580 kcal, 5 BE	68a Hähnchenbrust (g) mit Zucchini (g) und Kräuter- Kartoffeln (g) 549 kcal, 5 BE	84 Nudelsuppe (a.1,c,i) mit Gemüse 357 kcal, 3 BE	48 Eierpfannkuchen (a.1,c,g) mit Apfelmus (8) und Vanillesauce (g) 583 kcal,5 BE	42 saure Bohnensuppe (i,g) mit Mettwurst (3,4,9) (i,j,o) 620 kcal, 4 BE	92a Krustenbraten (4,11)(o)) mit Salzkartoffeln und Möhrensalat 495 kcal, 4 BE
Dessert 	Fruchtjoghurt (8)(g) 144 kcal, 2 BE	Obst	Karamellpudding (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 Natriumpökelsalz

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