



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

15.12.2025-21.12.2025

AWO Seniorenenzentrum Wiehl Menüplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Tagessuppe 180kcal, 1BE Menü 1 	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 geschwärt 7 Phosphat 8 Süßungsmittel 9 Säuerungsmittel 10 geschwefelt 11 Nitratpökelsalz

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