

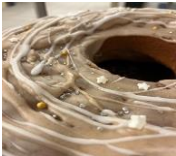


16.03.2026-22.03.2026



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 Menü 1 	10c Putensteak in Kräuter-Sauce (g,l,i) mit Brokkoli (g) und Kartoffelgratin (g) 549 kcal, 5 BE	54b Leberkäse (2,3,4) (a.1,i,j,o) mit Sauerkraut (i,l) und Kartoffelpüree (g) 587 kcal, 5 BE	120 Penne (a.1,c) mit Blattspinat und Cherry-Tomaten in Sahne-Sauce (g,i,l) 533 kcal, 5,0 BE	52 „Himmel und Äd“ gebratene Blutwurst(a,i,j) mit Röstzwiebel, Kartoffelstampf (g) und Apfelmus 620 kcal, 4 BE	5 Heringsstipp (c,g,d) mit Petersilien- Kartoffeln 610 kcal, 4,0 BE	30 Erbseneintopf (i)mit Bockwurst (3,4,9)(o) 580 kcal, 5 BE	78 Ochsen- bäckchen (i,l) mit Spitzkohl (g) und Salzkartoffeln 531 kcal, 6 BE
Leichte Vollkost Menü 2 	35 Kartoffel- Frischkäse- Taschen (a.1,c,g,i) mit Kräuterdip (g) und Rohkostsalat(g,i) 353 kcal, 4 BE	12 Kaiserschmarren (a.1,c,g) mit Apfelmus 720 kcal, 5 BE	37b Hackbällchen (a.1,c,j) in Champignon- Sauce (g,i,l) mit Kartoffeln und Salat (g,j) 581 kcal, 4 BE	16 Kartoffel- Möhren-Eintopf (i) mit Bockwurst (3,4,9)(o) 550 kcal, 4 BE	124a Hähnchen Nuggets (a.1,c) mit Erbsen (g) und Kartoffelstampf (g) 579 kcal, 4 BE	74 Toast Hawaii (a.1,g,o) mit Salat (g,j) 470 kcal, 2 BE	78 Ochsen- bäckchen (i,l) mit Schupfnudeln (a.1,c) und Salat (g) 531 kcal, 6 BE
Dessert 	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 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 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