

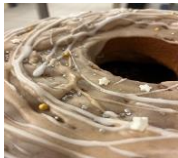


10.08.2026-16.08.2026



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 	51c Rinder-Geschnetzeltes mit Pfefferrahm (g,l) mit Rösti (a.1,c) und Salat (g,j) 534 kcal, 4 BE	10c Putensteak in Kräuter-Sauce (g,l,i) mit Brokkoli (g) und Kartoffelgratin (g) 549 kcal, 5 BE	3 Hausgemachter Zwiebelkuchen (9)(a.1,c,g,o) mit Blattsalat (g,j) 410 kcal, 4 BE	13 Schnitzel (a.1,c,o) mit Pilz-Rahm-Sauce (g,i,l) dazu Röstis(a.1,c) und Salat (g,j) 610 kcal, 4 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
Leichte Vollkost Menü 2 	21 Vegetarische Tortellini (a.1,c) in Sahne-Sauce (g,i) mit Brokkoli und Karotten 690 kcal, 6 BE	44 Pellkartoffeln mit Kräuterquark (g) und Salat (g) 426 kcal, 4 BE	37b Hackbällchen (a.1,c,g,i,j,l) in Paprikasauce (i) mit Rosmarin-Kartoffeln und Tomatensalat (g) 581 kcal, 4 BE	16 Kartoffel-Möhren-Eintopf (i) mit Bockwurst (3,4,9)(o) 550 kcal, 4 BE	20 Griechischer Kartoffel-Auflauf(g,i) 580 kcal, 5 BE	84 Bergischer Fleischeintopf mit Einlage (a.1,c,i) 357 kcal, 3 BE
Dessert 	Fruchtjoghurt (8)(g) 144 kcal, 2 BE	Obst	Karamellpudding (g) 200 kcal, 2 BE	Obst	Quarkdessert (8)(g) 136 kcal, 2 BE	Orangencreme (8)(g) 210 kcal, 2 BE
						7a Schweinefilet in Pfefferrahm (g,l) (i,l,o) mit Schupfnudeln (a.1,c) und Salat (g) 842 kcal, 5 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