



07.09.2026-13.09.2026



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 	26a Hausgemachte Frikadelle (a.1,c,j) mit Möhren (g) und Kartoffelpüree (g) 708 kcal, 5 BE	66 Gemüsestrudel (a.1,c,g,i,l) mit Kräuterdip (g) 562 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	45 frische Bratwurst (j,o) mit Kohlrabi (a.1,g) und Salzkartoffeln 610 kcal, 5 BE	5 Heringsstipp (c,g,d) mit Petersilien-Kartoffeln 610 kcal, 4,0 BE	70 Schnibbel-Bohnen-Eintopf (i,g) mit Hackbällchen (a.1,c,j) 550 kcal, 3 BE	92b Krustenbraten (4,11)(o) mit Rosenkohl (g,o) und Salzkartoffeln 531 kcal, 4 BE
Leichte Vollkost Menü 2 	51 Rindergulasch mit Petersilien-Kartoffeln und Bohnensalat (g) 480 kcal, 4 BE	44 Pellkartoffeln mit Kräuterquark (g) und Salat (g) 426 kcal, 4 BE	20 Kartoffel-Gemüse Auflauf(g,i) 580 kcal, 5 BE	6 Gemüse-Creme-Suppe (g,i) mit Baguette (a.1) 450 kcal, 4 BE	72 Nudeln (a.1,c) mit Bolognese-Sauce (i) und Maissalat (j) 565 kcal, 5 BE	74 Toast Hawaii (a.1,g,o) mit Salat (g,j) 470 kcal, 2 BE	92a Krustenbraten (4,11)(o)) mit Salzkartoffeln und Möhrensalat 495 kcal, 4 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/Sellerierzeugnisse j) Senf/Senferzeugnisse k) Sesamsamen/Sesamerzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulfite m) Lupine n) Weichtiere o) Schweinefleisch