



12.10.2026-18.10.2026



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 	93 Gnocchi (a.1,c,g) mit Kirschtomaten und grünem Spargel 556 kcal, 4 BE	51c Rinder- Geschnetzeltes mit Pfefferrahm (g,l) mit Rösti (a.1,c) und Salat (g,j) 534 kcal, 4 BE	66 Gemüsestrudel (a.1,c,g,i,l) mit Kräuterdip (g) 562 kcal, 4 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	70 Schnibbel- Bohnen-Eintopf (i,g) mit Hackbällchen (a.1,c,j) 550 kcal, 3 BE	68a Hähnchenbrust (g) mit Spargel (g) und Petersilien- Kartoffeln 549 kcal, 4 BE
Leichte Vollkost Menü 2 	45 frische Bratwurst (j,o) mit Kohlrabi (a.1,g) und Salzkartoffeln 610 kcal, 5 BE	12 Kaiserschmarren (a.1,c,g) mit Apfelmus 720 kcal, 5 BE	83c Hähnchen Cordon-Bleu (2,3,4,9)(a.1,c,g) mit Erbsen- Möhren (g,i) und Salzkartoffeln 665 kcal, 6 BE	84 Nudelsuppe (a.1,c,i) mit Gemüse 357 kcal, 3 BE	35 Kartoffel- Frischkäse- Taschen (a.1,c,g,i) mit Kräuterdip (g) und Rohkostsalat(g,i) 353 kcal, 4 BE	74 Toast Hawaii (a.1,g,o) mit Salat (g,j) 470 kcal, 2 BE	68a Hähnchenbrust (g) mit Möhren (g) und Kartoffel 549 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	Crème Brûlée (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/Erdnuserzeugnisse
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