

09.11.2026-15.11.2026

AWO Seniorenzentrum Wiehl Menüplan

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

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Tagessuppe 180kcal, 1BE **Menü1** 	27 Spießbraten (11)(o) mit und Röstis (a.1,c) Salat (g,j) 700 kcal, 4 BE	102 Königsberger-Klopse (a.1,c,g,i,j,l) mit Salzkartoffeln und Rote-Beete-Salat (8,9)(g) 502 kcal, 6 BE	33 gefüllte Paprika (a.1,c,g,i,o) in Tomatensauce (i) mit Kräuterreis 453 kcal, 5 BE	64c Schweinebraten (i,l) mit Kartoffelgratin (g) und Tomatensalat 740 kcal, 6 BE	17a Buntbarschfilet (a.1,d) in Weißweinsauce (g,i,l) mit Romanesco (g) und Petersilien-Kartoffeln 490 kcal, 4,0 BE	30 Erbseneintopf (i)mit Bockwurst (3,4,9)(o) 580 kcal, 5 BE	86a Tafelspitz mit Meerrettich-Sauce,(g,l) Wirsing (g) und Salzkartoffeln 471 kcal, 6 BE
Leichte Vollkost **Menü 2** 	57 Pizza (a.1,c,d,g,o) mit Salat (g,j) 342 kcal, 5 BE	44 Pellkartoffeln mit Kräuterquark (g) und Salat (g) 426 kcal, 4 BE	43 Züricher Geschnetzeltes von der Pute (g,i,l) mit Semmelknödel (a.1,c,g) und Salat(g) 523 kcal, 4 BE	40 Hühnereintopf (a.1,c,i) mit Gemüseeinlage und Nudeln 510 kcal, 4 BE	61 Tiroler Käsespätzle (a.1,c,g,i) mit Salat (g) 684 kcal, 5 BE	112 „Strammer Max" Brot (a.1) mit gek. Schinken (3,4,11)(o) Spiegelei (c) und Salat(g,j) 461 kcal, 4 BE	86 Tafelspitz mit Meerrettich-Sauce,(g,l) Salzkartoffeln und Gurkensalat 465 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/Sellerieerzeugnisse j) Senf/Senferzeugnisse k) Sesamsamen/Sesamerzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulfite m) Lupine n) Weichtiere o) Schweinefleisch