

30.11.2026-06.12.2026

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** 	68a Hähnchen-Spieße mit buntem Gemüse (g) und Salzkartoffeln 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	87 Mettwurst (3,4) (a.1,c,f,i,j,o) mit Grünkohl(i,j) und Salzkartoffeln 550 kcal,5 BE	52 „Himmel und Äd" gebratene Blutwurst(a,i,j) mit Röstzwiebel, Kartoffelstampf (g) und Apfelmus 620 kcal, 4 BE	96d Seelachs (d) in Senfsauce (g,i,j,l) mit Blattspinat (g) und Kartoffeln 622 kcal, 5 BE	70 Schnibbel-Bohnen-Eintopf (i,g) mit Hackbällchen (a.1,c,j) 550 kcal, 3 BE	78 Rinderbraten-Braten(i,l) mit Möhren (g) und Kartoffelgratin (g) 531 kcal, 6 BE
Leichte Vollkost **Menü 2** 	120 Penne (a.1,c) mit Schinken-Sahne-Sauce (g,i,o) und Salat (g,j) 533 kcal, 5 BE	56 Milchreis (a.1,g) mit Sauerkirschen und Zimt/Zucker 620 kcal, 6 BE	51 Rindergulasch mit Petersilien-Kartoffeln und Bohnensalat (g) 480 kcal, 4 BE	6 Gemüse-Creme-Suppe (g,i) mit Baguette (a.1) 450 kcal, 4 BE	68a Hähnchenbrust (g) mit Zucchini (g) und Kräuter-Kartoffeln (g) 549 kcal, 5 BE	109 Bratkartoffeln (o) mit Kräuterrührei (c,g) und Feldsalat (g) 423 kcal, 5 BE	78a Rinderbraten-Braten(i,l) mit Salzkartoffel und Salat 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	Orangencreme (8)(g) 210 kcal, 2 BE	Créme 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/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