

# St. Hildegard Seniorenheim

Mittagessen vom 23.03.-29.03.15

Das Küchenteam wünscht Ihnen guten Appetit!

Tag	Menü 1	ZuSt	Al	Menü 2	ZuSt	Al	kalorienbewusst	ZuSt	Al
<b>Montag</b> 23.03.2015	Rinderwurst Gelbe Bohnen Salzkartoffeln <i>435Kcal; 20Ew; 22F; 36Kh</i>	2 3 7	A G I J	Geflügelleber "Berliner Art" Salat Sahnepüree <i>424Kcal; 13Ew; 23F; 37Kh</i>	3	A G I J	Chinesische Gemüsepfanne Salat Vollkornreis <i>339Kcal; 17Ew; 15F; 34Kh</i>		I J
<b>Dienstag</b>	Lasagne Salat <i>483Kcal; 19Ew; 25F; 46Kh</i>		A C I J G	Königsberger Klopse Lauchgemüse Salzkartoffeln <i>362Kcal; 15Ew; 15F; 41Kh</i>		A C G I J	Fischfilet "Müller Art" Salat Salzkartoffeln <i>423Kcal; 24Ew; 15F; 36Kh</i>		A D G I J
<b>Mittwoch</b>	Ungarischer Gulasch Salat Nudeln <i>429Kcal; 25Ew; 18F; 40Kh</i>		A G I J	Putenrollbraten Möhrengemüse Salzkartoffel <i>318Kcal; 16Ew; 6F; 46Kh</i>		A C I J	Salatteller Fetakäse , Oliven Vollwertbrötchen <i>262Kcal; 10Ew; 13F; 34Kh</i>		A G I J
<b>Donnerstag</b>	Fleischspieß Budapest Salat Reis <i>575Kcal; 14Ew; 38F; 43Kh</i>	2	A C I J	Sauerbraten Apfelrotkohl Kartoffelklöße <i>547Kcal; 28Ew; 7F; 90Kh</i>	1 3 5	A J L	Hackfleisch- Möhre Auflauf Salat <i>364Kcal; 13Ew; 22F; 23Kh</i>	3	G I J
<b>Freitag</b>	Heringsstipp "Hausfrauen - Art) Salat Pellkartoffel <i>610Kcal; 16Ew; 41F; 40Kh</i>	2	A C D G I J	Eierstich in Tomatensauce Spinat Salzkartoffeln <i>347Kcal; 17Ew; 15F; 34Kh</i>		A C	Lauch- Vollkornspaghetti mit Tomatensauce Salat <i>453Kcal; 11Ew; 23F; 51Kh</i>		A G I J
<b>Samstag</b>	Linseneintopf mit Mettwurst Brötchen <i>470Kcal; 33Ew; 17F; 54Kh</i>			Rindfleisch- Suppeneintopf Brötchen <i>234Kcal; 25Ew; 6F; 18Kh</i>					
<b>Sonntag</b> 29.03.2015	Glacierte Kalbskeule Speckböhnchen Petersilienkartoffeln <i>423Kcal; 34Ew; 14F; 38Kh</i>			Rahmschnitzel Speckböhnchen Petersilienkartoffeln <i>597Kcal; 29Ew; 28F; 55Kh</i>					

Abkürzungen: ZuSt: Zusatzstoffe  
Al.: Alergene, Kcal: Kilokalorien  
Ew: Eiweiß, F: Fett, Kh: Kohlenhydrate

Folgende Zusatzstoffe sind in den Speisen enthalten: 1 Farbstoff, 2. Konservierungsstoff, 3. Antioxidationsmittel, 4. Geschmacksverstärker, 5. Schwefeldioxid, 6. Schwärzungsmittel, 7. Phosphat, 8. Milcheiweiß, 10. Chininhaltig, 11. Süßungsmittel, 12. Phenylalaninquelle, 13. gewachst

Folgende Alergene sind enthalten: A. Gluten, B. Krebstiere, C. Eier, D. Fisch, E. Erdnüsse, F. Soja, G. Milch, H. Nüsse, I. Sellerie, J. Senf, K. Sesam, L. Schwefel&Sulfide, M. Lupine, N. Weichtiere