

Seniorenheim Haus Hardt

Haus Hardt 30 - 38, Holzem, 53902 Bad Münstereifel
 Küche: 02257/900-240 von 7.00 bis 14.00 Uhr (Novalis DSE KG)
 Verwaltung: 02257/900-213 * Fax: 02257/900-400

Menüplan für die 13 Woche 2019
 25.03.2019 - 31.03.2019

	Menu 1	Menü 2	Dessert
Montag 25.03.2019	Hausgemachtes Hacksteak mit Speckbohnen dazu Bratkartoffeln Nährwert kcal: 856 kcal, Eiweißgehalt: 35,33 g, Fettgehalt: 53,86 g, Kohlenhydrate: 48,68 g	Blumenkohl-Schinkenauflauf mit Sauce Hollandaise und Tomatensalat Nährwert kcal: 779 kcal, Eiweißgehalt: 20,8 g, Fettgehalt: 61,89 g, Kohlenhydrate: 31,82 g	Pfirsichcreme Nährwert kcal: 130 kcal, Eiweißgehalt: 3,85 g, Fettgehalt: 1,75 g, Kohlenhydrate: 13,7 g
Dienstag 26.03.2019	Geschmorte Schweineroulade mit Broccoliröschen und Kartoffelpüree Nährwert kcal: 679 kcal, Eiweißgehalt: 8,46 g, Fettgehalt: 22,08 g, Kohlenhydrate: 41 g	Kartoffel-Möhrengemüse mit Speck verfeinert dazu reichen wir eine Siedewurst Nährwert kcal: 437 kcal, Eiweißgehalt: 17,57 g, Fettgehalt: 27,93 g, Kohlenhydrate: 30,78 g	Waldbeerquark Nährwert kcal: 169 kcal, Eiweißgehalt: 0,2 g, Fettgehalt: 0,08 g, Kohlenhydrate: 1,59 g
Mittwoch 27.03.2019	Feine Grillbratwurst mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln Nährwert kcal: 667 kcal, Eiweißgehalt: 19,14 g, Fettgehalt: 45,79 g, Kohlenhydrate: 30,02 g	Hähnchensteak "Hawaii" mit Ananas und Käse überbacken dazu Kartoffelplätzchen und Salat Nährwert kcal: 673 kcal, Eiweißgehalt: 3,98 g, Fettgehalt: 15,83 g, Kohlenhydrate: 23,13 g	Obst Nährwert kcal: 73 kcal, Eiweißgehalt: 0,41 g, Fettgehalt: 0,06 g, Kohlenhydrate: 17,16 g
Donnerstag 28.03.2019	Süßer Quarkauflauf mit Äpfeln dazu Erdbeersauce Nährwert kcal: 553 kcal, Eiweißgehalt: 30,53 g, Fettgehalt: 7,58 g, Kohlenhydrate: 87,53 g	Spaghetti mit Sauce Bolognese dazu Salat Nährwert kcal: 627 kcal, Eiweißgehalt: 16,54 g, Fettgehalt: 29,41 g, Kohlenhydrate: 16,48 g	Mokkapudding Nährwert kcal: 129 kcal, Eiweißgehalt: 3,85 g, Fettgehalt: 1,74 g, Kohlenhydrate: 13,51 g
Freitag 29.03.2019	Seelachsfilet im Backteigmantel mit Tomatensauce dazu Salzkartoffeln und Salat Nährwert kcal: 990 kcal, Eiweißgehalt: 39,35 g, Fettgehalt: 59,08 g, Kohlenhydrate: 67,44 g	Spiegelei mit Rahmspinat dazu Salzkartoffeln Nährwert kcal: 331 kcal, Eiweißgehalt: 12,09 g, Fettgehalt: 8,03 g, Kohlenhydrate: 32,31 g	Ananaspudding Nährwert kcal: 150 kcal, Eiweißgehalt: 3,84 g, Fettgehalt: 4,05 g, Kohlenhydrate: 24,36 g
Samstag 30.03.2019	Herzhafte Gulaschsuppe mit Bohnen Nährwert kcal: 432 kcal, Eiweißgehalt: 22,85 g, Fettgehalt: 16,5 g, Kohlenhydrate: 9,23 g	Frischer Möhre Eintopf mit Kartoffelwürfel und Fleischwursteinlage Nährwert kcal: 468 kcal, Eiweißgehalt: 9,23 g, Fettgehalt: 37,22 g, Kohlenhydrate: 26,05 g	Fruchtjoghurt Nährwert kcal: 79 kcal, Eiweißgehalt: 2,29 g, Fettgehalt: 2,55 g, Kohlenhydrate: 11,23 g
Sonntag 31.03.2019	Suppe: Hühnersuppe Jägerbraten mit Blumenkohl röschen dazu eine Champignonsauce und Salzkartoffeln Nährwert kcal: 749 kcal, Eiweißgehalt: 40,9 g, Fettgehalt: 40,27	Suppe: Hühnersuppe Putenrollbraten mit Kartoffelgratin und Salat Nährwert kcal: 1071 kcal, Eiweißgehalt: 39,7 g, Fettgehalt: 80,72 g, Kohlenhydrate: 47,25 g	Weißweincrème Nährwert kcal: 180 kcal, Eiweißgehalt: 1,08 g, Fettgehalt: 0,6 g, Kohlenhydrate: 18,79 g

Anderung vorbehalten

Gerne sind wir bereit, auf Ihre Menüwünsche einzugehen.
 Machen Sie uns Ihre Vorschläge. Auf Wunsch erhalten Sie wochentags auch eine Tagessuppe.
 Ihre Ansprechpartner sind: Theresa Schlaugies und Kai Schumacher.