

Seniorenheim Haus Hardt

Haus Hardt 30 - 38, Holzem, 53902 Bad Münsteriefel
 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 1 Woche 2021
 04.01.2021 - 10.01.2021

	Menu 1	Menü 2	Dessert
Montag 04.01.2021	Mini-Eisbein mit Salzkartoffeln dazu Sauerkraut <small>Nährwert kcal: 506 kcal, Eiweißgehalt: 7,34 g, Fettgehalt: 6,12 g, Kohlenhydrate: 35,84 g</small>	Würfel von der Poulardenbrust in pikanter Lauch-Käsesauce mit Bandnudeln dazu Salat <small>Nährwert kcal: 999 kcal, Eiweißgehalt: 28,52 g, Fettgehalt: 61,86 g, Kohlenhydrate: 35,63 g</small>	Mango-Maracujapudding <small>Nährwert kcal: 151 kcal, Eiweißgehalt: 3,88 g, Fettgehalt: 4,22 g, Kohlenhydrate: 13,35 g</small>
Dienstag 05.01.2021	Schweinesteak "Esterhazy" mit Gemüsestreifen geschmort dazu Kartoffelkroketten und Kaisergemüse <small>Nährwert kcal: 850 kcal, Eiweißgehalt: 30,7 g, Fettgehalt: 46,96 g, Kohlenhydrate: 5,31 g</small>	Vanille-Milchreis mit heißer Erdbeersauce <small>Nährwert kcal: 550 kcal, Eiweißgehalt: 14,69 g, Fettgehalt: 6,66 g, Kohlenhydrate: 69,47 g</small>	Quarkcreme von Ananas <small>Nährwert kcal: 162 kcal, Eiweißgehalt: 0,01 g, Fettgehalt: 0 g, Kohlenhydrate: 0,02 g</small>
Mittwoch 06.01.2021	Frischer Rindergulasch mit Einlage dazu Spätzle und Salat <small>Nährwert kcal: 560 kcal, Eiweißgehalt: 24,4 g, Fettgehalt: 25,46 g, Kohlenhydrate: 17,39 g</small>	Nudel-Gemüseauflauf mit Schinkenstreifen und Salat <small>Nährwert kcal: 597 kcal, Eiweißgehalt: 15,63 g, Fettgehalt: 25,51 g, Kohlenhydrate: 40,95 g</small>	Obst <small>Nährwert kcal: 68 kcal, Eiweißgehalt: 0,44 g, Fettgehalt: 0,52 g, Kohlenhydrate: 14,86 g</small>
Donnerstag 07.01.2021	FrISChe Reibekuchen mit Apfelmus <small>Nährwert kcal: 598 kcal, Eiweißgehalt: 16,99 g, Fettgehalt: 8,56 g, Kohlenhydrate: 60,57 g</small>	Knuspriges Gemüseschnitzel mit Kartoffelpüree und Bohnensalat <small>Nährwert kcal: 719 kcal, Eiweißgehalt: 13,42 g, Fettgehalt: 26,83 g, Kohlenhydrate: 57,48 g</small>	Mokkapudding <small>Nährwert kcal: 128 kcal, Eiweißgehalt: 3,85 g, Fettgehalt: 1,74 g, Kohlenhydrate: 13,4 g</small>
Freitag 08.01.2021	Gebratene Forelle "Müllerin" mit zerlassener Butter dazu Salzkartoffeln und Gurkensalat <small>Nährwert kcal: 1061 kcal, Eiweißgehalt: 58,18 g, Fettgehalt: 63,94 g, Kohlenhydrate: 60,54 g</small>	Gefüllte Paprikaschote mit Reis und Tomatensauce <small>Nährwert kcal: 670 kcal, Eiweißgehalt: 24,81 g, Fettgehalt: 24,19 g, Kohlenhydrate: 37,03 g</small>	Schokoladenpudding <small>Nährwert kcal: 128 kcal, Eiweißgehalt: 4,09 g, Fettgehalt: 1,88 g, Kohlenhydrate: 12,75 g</small>
Samstag 09.01.2021	Herzhafte Gulaschsuppe <small>Nährwert kcal: 283 kcal, Eiweißgehalt: 22,17 g, Fettgehalt: 11,28 g, Kohlenhydrate: 11,81 g</small>	Frischer Linseneintopf mit Bockwurst <small>Nährwert kcal: 591 kcal, Eiweißgehalt: 27,57 g, Fettgehalt: 33,92 g, Kohlenhydrate: 31,16 g</small>	Fruchtjoghurt <small>Nährwert kcal: 79 kcal, Eiweißgehalt: 2,29 g, Fettgehalt: 2,55 g, Kohlenhydrate: 11,23 g</small>
Sonntag 10.01.2021	Suppe: Zwiebelsuppe Schweinebraten Senf-Kräuterkruste mit Salzkartoffeln und Balkangemüse <small>Nährwert kcal: 458 kcal, Eiweißgehalt: 28,38 g, Fettgehalt: 7,83</small>	Suppe: Zwiebelsuppe Putenschnitzel mit Morzarella und Kräuter gefüllt dazu Kroketten und Salat <small>Nährwert kcal: 765 kcal, Eiweißgehalt: 34,21 g, Fettgehalt: 33,78 g, Kohlenhydrate: 14,63 g</small>	Weißweincreme <small>Nährwert kcal: 180 kcal, Eiweißgehalt: 1,08 g, Fettgehalt: 0,6 g, Kohlenhydrate: 18,79 g</small>

Änderung 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.