

# 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 23 Woche 2022

06.06.2022 - 12.06.2022

	Menu 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag</b> <b>06.06.2022</b>	<p>Weißer Stangenspargel mit Sauce Hollandaise dazu kleines Schweineschnitzel und gebräunte Kartoffeln</p> <p>Nährwert kcal: 852 kcal, Eiweißgehalt: 33,49 g, Fettgehalt: 42,69 g, Kohlenhydrate: 70,43 g</p>	<p>Maccaroni mit Schweinefiletspitzen in Käse-Spinat-Sauce dazu Salat</p> <p>Nährwert kcal: 900 kcal, Eiweißgehalt: 14,03 g, Fettgehalt: 44,67 g, Kohlenhydrate: 11,74 g</p>	<p>Eisbecher</p> <p>Nährwert kcal: 81 kcal, Eiweißgehalt: 2,84 g, Fettgehalt: 3,86 g, Kohlenhydrate: 8,53 g</p>
<b>Dienstag</b> <b>07.06.2022</b>	<p>Feine Grillbratwurst mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln</p> <p>Nährwert kcal: 658 kcal, Eiweißgehalt: 19,14 g, Fettgehalt: 44,53 g, Kohlenhydrate: 29,99 g</p>	<p>Warmer Apfelstrudel mit Vanillesauce und Pflaumenkompott</p> <p>Nährwert kcal: 387 kcal, Eiweißgehalt: 6,47 g, Fettgehalt: 4,32 g, Kohlenhydrate: 79,1 g</p>	<p>Quarkcreme von Mango</p> <p>Nährwert kcal: 183 kcal, Eiweißgehalt: 0,17 g, Fettgehalt: 0,17 g, Kohlenhydrate: 4,86 g</p>
<b>Mittwoch</b> <b>08.06.2022</b>	<p>Hausgemachte Lasagne mit Hackfleischsauce dazu gemischter Salat</p> <p>Nährwert kcal: 777 kcal, Eiweißgehalt: 19,42 g, Fettgehalt: 34,83 g, Kohlenhydrate: 24,04 g</p>	<p>Gedämpfte Hähnchenbrust mit Kräutersauce dazu Reis und Kaisergemüse</p> <p>Nährwert kcal: 643 kcal, Eiweißgehalt: 34,11 g, Fettgehalt: 22,87 g, Kohlenhydrate: 19,88 g</p>	<p>Obst</p> <p>Nährwert kcal: 68 kcal, Eiweißgehalt: 0,44 g, Fettgehalt: 0,52 g, Kohlenhydrate: 14,86 g</p>
<b>Donnerstag</b> <b>09.06.2022</b>	<p>Geschmorte Schweineroulade mit Blumenkohlroschen und Salzkartoffeln</p> <p>Nährwert kcal: 549 kcal, Eiweißgehalt: 5,44 g, Fettgehalt: 14,25 g, Kohlenhydrate: 33,65 g</p>	<p>Türkische Ofenkartoffel gefüllt mit Broccoli und Hähnchenbrust mit Quarkdip und Salat</p> <p>Nährwert kcal: 794 kcal, Eiweißgehalt: 27,62 g, Fettgehalt: 45,56 g, Kohlenhydrate: 31,37 g</p>	<p>Kokospudding</p> <p>Nährwert kcal: 156 kcal, Eiweißgehalt: 3,98 g, Fettgehalt: 5,33 g, Kohlenhydrate: 12,24 g</p>
<b>Freitag</b> <b>10.06.2022</b>	<p>Paniertes Schollenfilet mit Speck- Kartoffelsalat dazu Sauce Tartar</p> <p>Nährwert kcal: 896 kcal, Eiweißgehalt: 13,95 g, Fettgehalt: 46,92 g, Kohlenhydrate: 51,67 g</p>	<p>Spätzlegratin mit Rosenkohl und Röstzwiebel überbacken dazu Tomatensalat</p> <p>Nährwert kcal: 532 kcal, Eiweißgehalt: 14,51 g, Fettgehalt: 18,72 g, Kohlenhydrate: 21,65 g</p>	<p>Aprikosen-Pudding</p> <p>Nährwert kcal: 129 kcal, Eiweißgehalt: 3,85 g, Fettgehalt: 1,75 g, Kohlenhydrate: 13,58 g</p>
<b>Samstag</b> <b>11.06.2022</b>	<p>Frischer Linseneintopf mit Kasslerwürfeln als Einlage</p> <p>Nährwert kcal: 424 kcal, Eiweißgehalt: 29,21 g, Fettgehalt: 18,19 g, Kohlenhydrate: 34,92 g</p>	<p>Hühnersuppen-Gemüseintopf mit Nudeln</p> <p>Nährwert kcal: 383 kcal, Eiweißgehalt: 2,02 g, Fettgehalt: 1,2 g, Kohlenhydrate: 13,2 g</p>	<p>Bananen</p> <p>Nährwert kcal: 171 kcal, Eiweißgehalt: 2,07 g, Fettgehalt: 0,32 g, Kohlenhydrate: 38,5 g</p>
<b>Sonntag</b> <b>12.06.2022</b>	<p>Suppe: Blumenkohlcremesuppe Rheinischer Sauerbraten mit Apfelrotkohl und Kartoffelklöße</p> <p>Nährwert kcal: 560 kcal, Eiweißgehalt: 38,74 g, Fettgehalt: 11,09 g, Kohlenhydrate: 66,12 g</p>	<p>Suppe: Blumenkohlcremesuppe Schweinenackenbraten mit Backpflaumen gefüllt dazu Salzkartoffeln und Salat</p> <p>Nährwert kcal: 734 kcal, Eiweißgehalt: 37,12 g, Fettgehalt: 40,45 g, Kohlenhydrate: 44,32 g</p>	<p>Bayrisch Creme an Fruchtmark</p> <p>Nährwert kcal: 209 kcal, Eiweißgehalt: 2,76 g, Fettgehalt: 2,95 g, Kohlenhydrate: 25,21 g</p>

## 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.