

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 40 Woche 2022
 03.10.2022 - 09.10.2022

	Menu 1	Menü 2	Dessert
Montag 03.10.2022	Entenkeule mit Orangensauce dazu Rahmwirsing und Kartoffelklöße Nährwert kcal: 994 kcal, Eiweißgehalt: 42,64 g, Fettgehalt: 64,85 g, Kohlenhydrate: 43,31 g	Gegrilltes Lachsfilet mit Spinat- Käsehaube überbacken dazu eine Dillsauce mit Salzkartoffeln und Salat Nährwert kcal: 595 kcal, Eiweißgehalt: 33,35 g, Fettgehalt: 19,85 g, Kohlenhydrate: 57,92 g	Eisbecher Nährwert kcal: 81 kcal, Eiweißgehalt: 2,84 g, Fettgehalt: 3,86 g, Kohlenhydrate: 8,53 g
Dienstag 04.10.2022	Dicke Bohnen mit Mettwurst dazu Kartoffelpüree Nährwert kcal: 619 kcal, Eiweißgehalt: 21,85 g, Fettgehalt: 30,91 g, Kohlenhydrate: 57,07 g	Nudel-Gratin mit Spinat und Salat Nährwert kcal: 1040 kcal, Eiweißgehalt: 10,52 g, Fettgehalt: 10,41 g, Kohlenhydrate: 3,45 g	Eierlikörpudding Nährwert kcal: 129 kcal, Eiweißgehalt: 3,85 g, Fettgehalt: 1,89 g, Kohlenhydrate: 13,49 g
Mittwoch 05.10.2022	Schweizer Käse-Wurst-Salat mit Bratkartoffeln Nährwert kcal: 480 kcal, Eiweißgehalt: 9,86 g, Fettgehalt: 23,31 g, Kohlenhydrate: 37,19 g	Gedämpfte Hähnchenbrust mit Schnittlauchsauce dazu Salzkartoffeln und Broccoli Nährwert kcal: 506 kcal, Eiweißgehalt: 36,15 g, Fettgehalt: 13,41 g, Kohlenhydrate: 36,56 g	Obst Nährwert kcal: 68 kcal, Eiweißgehalt: 0,44 g, Fettgehalt: 0,52 g, Kohlenhydrate: 14,86 g
Donnerstag 06.10.2022	Puten-Gyros mit Pommes frites dazu Zaziki und Krautsalat Nährwert kcal: 1093 kcal, Eiweißgehalt: 43,87 g, Fettgehalt: 73,96 g, Kohlenhydrate: 34,34 g	Kartoffel-Möhrengemüse mit Speck verfeinert dazu eine Bockwurst Nährwert kcal: 497 kcal, Eiweißgehalt: 21,16 g, Fettgehalt: 29,86 g, Kohlenhydrate: 31,77 g	Waldbeerquark Nährwert kcal: 169 kcal, Eiweißgehalt: 0,2 g, Fettgehalt: 0,08 g, Kohlenhydrate: 1,59 g
Freitag 07.10.2022	Paniertes Schollenfilet mit Speck- Kartoffelsalat dazu Sauce Tartar Nährwert kcal: 896 kcal, Eiweißgehalt: 13,95 g, Fettgehalt: 46,92 g, Kohlenhydrate: 51,67 g	Gemüserührei mit Champignonsauce und Butterkartoffeln dazu Gurkensalat Nährwert kcal: 721 kcal, Eiweißgehalt: 26,42 g, Fettgehalt: 32,33 g, Kohlenhydrate: 65,68 g	Ananaspudding Nährwert kcal: 150 kcal, Eiweißgehalt: 3,84 g, Fettgehalt: 4,05 g, Kohlenhydrate: 13,63 g
Samstag 08.10.2022	Herzhafte Gulaschsuppe Nährwert kcal: 286 kcal, Eiweißgehalt: 22,18 g, Fettgehalt: 11,25 g, Kohlenhydrate: 12,79 g	Pfälzer Kartoffeleintopf mit Gemüseeinlage und Wiener Würstchen Nährwert kcal: 646 kcal, Eiweißgehalt: 20,95 g, Fettgehalt: 47,78 g, Kohlenhydrate: 33,36 g	Fruchtjoghurt Nährwert kcal: 79 kcal, Eiweißgehalt: 2,29 g, Fettgehalt: 2,55 g, Kohlenhydrate: 11,23 g
Sonntag 09.10.2022	Suppe: Champignonsuppe Spießbraten mit Bratkartoffeln dazu Salat Nährwert kcal: 726 kcal, Eiweißgehalt: 37,63 g, Fettgehalt: 30,8 g, Kohlenhydrate: 45,53 g	Suppe: Champignonsuppe Geschmorter Rinderbraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln Nährwert kcal: 613 kcal, Eiweißgehalt: 35,63 g, Fettgehalt: 29,07 g, Kohlenhydrate: 34,11 g	Mousse ou chocolate Nährwert kcal: 137 kcal, Eiweißgehalt: 2,02 g, Fettgehalt: 4,83 g, Kohlenhydrate: 21,09 g

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.