

# 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 21 Woche 2023  
 22.05.2023 - 28.05.2023

	Menu 1	Menü 2	Dessert
<b>Montag</b> <b>22.05.2023</b>	<b>Paniertes Putenschnitzel mit Gemüsespätzle und Salat</b> Nährwert kcal: 698 kcal, Eiweißgehalt: 34,19 g, Fettgehalt: 42,33 g, Kohlenhydrate: 13,06 g	<b>Vanille-Milchreis mit heißen Kirschen</b> Nährwert kcal: 586 kcal, Eiweißgehalt: 14,72 g, Fettgehalt: 6,56 g, Kohlenhydrate: 69,17 g	<b>Pfirsichkompott</b> Nährwert kcal: 136 kcal, Eiweißgehalt: 0,4 g, Fettgehalt: 0,14 g, Kohlenhydrate: 32,58 g
<b>Dienstag</b> <b>23.05.2023</b>	<b>Hausgemachte Lasagne mit Hackfleischsauce dazu gemischter Salat</b> Nährwert kcal: 777 kcal, Eiweißgehalt: 19,42 g, Fettgehalt: 34,83 g, Kohlenhydrate: 24,04 g	<b>Kartoffel-Möhrengemüse mit Speck verfeinert dazu eine Bockwurst</b> Nährwert kcal: 497 kcal, Eiweißgehalt: 21,16 g, Fettgehalt: 29,86 g, Kohlenhydrate: 31,77 g	<b>Quarkcreme, Mandarinen</b> Nährwert kcal: 185 kcal, Eiweißgehalt: 0,01 g, Fettgehalt: 0 g, Kohlenhydrate: 0,02 g
<b>Mittwoch</b> <b>24.05.2023</b>	<b>Frischer Schweinegulasch mit Einlage dazu Gemüsereis und Salat</b> Nährwert kcal: 805 kcal, Eiweißgehalt: 32,03 g, Fettgehalt: 48,57 g, Kohlenhydrate: 14,47 g	<b>Kartoffeleintopf mit Gemüseeinlage und Kasslerwürfel</b> Nährwert kcal: 646 kcal, Eiweißgehalt: 20,95 g, Fettgehalt: 47,78 g, Kohlenhydrate: 33,36 g	<b>Vanillepudding im Becher</b> Nährwert kcal: 129 kcal, Eiweißgehalt: 3,84 g, Fettgehalt: 1,74 g, Kohlenhydrate: 13,67 g
<b>Donnerstag</b> <b>25.05.2023</b>	<b>Chicoree-Auflauf mit gekochtem Schinken dazu Salzkartoffeln und Salat</b> Nährwert kcal: 969 kcal, Eiweißgehalt: 48,29 g, Fettgehalt: 58,89 g, Kohlenhydrate: 58,96 g	<b>Spaghetti mit Tomatensauce dazu Salat</b> Nährwert kcal: 446 kcal, Eiweißgehalt: 2,12 g, Fettgehalt: 15,76 g, Kohlenhydrate: 15,09 g	<b>Obst</b> Nährwert kcal: 68 kcal, Eiweißgehalt: 0,44 g, Fettgehalt: 0,52 g, Kohlenhydrate: 14,86 g
<b>Freitag</b> <b>26.05.2023</b>	<b>Paniertes Seelachsfilet mit Kartoffelsalat und Remouladensauce</b> Nährwert kcal: 950 kcal, Eiweißgehalt: 11,74 g, Fettgehalt: 55,07 g, Kohlenhydrate: 45,02 g	<b>Vegetarisches Gemüse-Gulasch mit Reis</b> Nährwert kcal: 653 kcal, Eiweißgehalt: 9,49 g, Fettgehalt: 28,44 g, Kohlenhydrate: 29,85 g	<b>Waldmeistergötter speise mit Vanillesauce</b> Nährwert kcal: 248 kcal, Eiweißgehalt: 3,9 g, Fettgehalt: 1,73 g, Kohlenhydrate: 52,7 g
<b>Samstag</b> <b>27.05.2023</b>	<b>Weißer Bohnensuppe mit Wursteinlage</b> Nährwert kcal: 626 kcal, Eiweißgehalt: 16,49 g, Fettgehalt: 34,79 g, Kohlenhydrate: 15,14 g	<b>Käse-Lauchsuppe mit Hackfleischleinlage</b> Nährwert kcal: 407 kcal, Eiweißgehalt: 15,56 g, Fettgehalt: 14,55 g, Kohlenhydrate: 11,02 g	<b>Bananen</b> Nährwert kcal: 171 kcal, Eiweißgehalt: 2,07 g, Fettgehalt: 0,32 g, Kohlenhydrate: 38,5 g
<b>Sonntag</b> <b>28.05.2023</b>	<b>Suppe: Champignoncremesuppe Weißer Stangenspargel mit Sauce Hollandaise dazu gekochter Schinken und gebräunte Kartoffeln</b> Nährwert kcal: 882 kcal, Eiweißgehalt: 34,08 g, Fettgehalt: 43,51	<b>Suppe: Champignoncremesuppe Überbackenes Hähnchengratin mit Kräutersauce dazu Salat</b> Nährwert kcal: 1059 kcal, Eiweißgehalt: 56,04 g, Fettgehalt: 62,12 g, Kohlenhydrate: 56,88 g	<b>Mousse Tiramisu</b> Nährwert kcal: 67 kcal, Eiweißgehalt: 1,26 g, Fettgehalt: 1,34 g, Kohlenhydrate: 12,29 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.