

Speiseplan

gültig vom 13.01.2025 bis 19.01.2025



Haus der Senioren
Marktbreit



KW 3	Das Klassische	Die Alternative	Das Pürierte
Montag, 13.01.2025	Hähnchenbrustfilet mit fruchtiger Currysoße, Reis und Chinakohlsalat mit Mandarinen kcal 349,5/kJ 1462,4/Fett 9,2/EW 28,9/KH 36,8/BE 3,1	---	gem.Hähnchenbrust in Currysoße, Kartoffelpüree und Karotten--Erbsen-Gemüse gemixt kcal 275,7/kJ 1153,5/Fett 11,5/EW 18,6/KH 23,1/BE 1,9
	Frisches Obst Brühe mit Eierstich		
Dienstag, 14.01.2025	Bratwurst mit Püree und Sauerkraut kcal 463,9/kJ 1941,1/Fett 34,6/EW 24,4/KH 12,1/BE 1,0	---	gem.Bratwurst in Bratensoße, Püree und Sauerkraut gemixt kcal 270,4/kJ 1131,2/Fett 17,9/EW 13,2/KH 12,4/BE 1,0
	Pfersichkompott Kohlrabicremesuppe		
Mittwoch, 15.01.2025	Reisauflauf mit Beerenkompott kcal 265,0/kJ 1108,6/Fett 6,5/EW 10,4/KH 39,8/BE 3,3	Seelachsfilet mit Senfsoße, Kartoffeln Blattsalat kcal 700,1/kJ 2929,3/Fett 13,1/EW 46,2/KH 95,4/BE 8,0	gem. Fisch in Bratensoße, Püree und Mischgemüse gemixt kcal 216,5/kJ 906,0/Fett 5,0/EW 14,9/KH 26,5/BE 2,2

Donnerstag, 16.01.2025	Blumenkohl-Schinken-Auflauf und Kartoffeln kcal 299,5/kJ 1253,1/Fett 13,6/EW 12,9/KH 28,7/BE 2,4	---	feiner Blumenkohl-Schinken-Auflauf Püree kcal 225,6/kJ 943,9/Fett 14,3/EW 12,8/KH 10,7/BE 0,9
	Schokomousse Lauchcremesuppe		
Freitag, 17.01.2025	Schinkennudeln mit Tomatensoße, Endiviensalat mit Essig-Öl-Dressing kcal 325,6/kJ 1362,2/Fett 8,8/EW 14,0/KH 45,6/BE 3,8	Backfischfilet mit selbstgemachte Quarkremoulade und Kartoffeln, Endiviensalat kcal 471,0/kJ 1970,8/Fett 14,9/EW 30,3/KH 50,7/BE 4,2	gem.Fisch in Kräutersoße, Püree und Möhren gemixt kcal 218,0/kJ 912,1/Fett 11,5/EW 15,8/KH 11,9/BE 1,0

Samstag, 18.01.2025	Kartoffeleintopf mit Wursteinlage, Brot, Pflaumenkompott kcal 1033,3/kJ 4323,1/Fett 12,3/EW 14,1/KH 203,2/BE 16,9	selbstgemachter Kaiserschmarrn mit Zimt-Zucker und Pflaumenkompott kcal 647,1/kJ 2707,4/Fett 31,3/EW 18,0/KH 72,4/BE 6,0	Kartoffelsuppe/-eintopf mit Wursteinlage, Weißbrot, Kompott gemixt kcal 397,9/kJ 1664,6/Fett 11,6/EW 12,5/KH 57,2/BE 4,8

Sonntag, 19.01.2025	Rinderschmorbraten, Bratensoße, Kloß und Blaukraut kcal 451,4/kJ 1888,8/Fett 6,6/EW 31,3/KH 62,2/BE 5,2	Markklößchensuppe kcal 0,0/kJ 0,0/Fett 0,0/EW 0,0/KH 0,0/BE 0,0	gem.Rinderbraten in Bratensoße, Kartoffelpüree und Blaukraut kcal 325,6/kJ 1362,2/Fett 11,5/EW 15,8/KH 11,9/BE 1,0
	Panna Cotta		