

Speiseplan

gültig vom 25.11.2024 bis 01.12.2024



Haus der Senioren
Marktbreit



KW 48	Das Klassische	Die Alternative	Das Pürierte
Montag, 25.11.2024	Lasagne mit Endiviensalat mit Joghurt-Dressing	---	feine Hackfleischsoße, Kartoffel-Bohnen-Püree und
	kcal 350,4/kJ 1465,9/Fett 18,8/EW 15,9/KH 28,6/BE 2,4	kcal 0,0/kJ 0,0/Fett 0,0/EW 0,0/KH 0,0/BE 0,0	kcal 206,2/kJ 862,7/Fett 13,2/EW 13,5/KH 8,4/BE 0,7
Frisches Obst			
Dienstag, 26.11.2024	Rahmgeschnetztes, Püree und Gemüsesalat	---	gem.Geschnetztes in Rahmsoße, Kartoffelpüree und Gemüsesalat
	kcal 286,8/kJ 1199,9/Fett 14,9/EW 22,3/KH 14,5/BE 1,2	kcal 0,0/kJ 0,0/Fett 0,0/EW 0,0/KH 0,0/BE 0,0	kcal 254,7/kJ 1065,5/Fett 13,7/EW 17,6/KH 14,1/BE 1,2
Schoko-Bananen-Quarkspeise Karottencremesuppe			
Mittwoch, 27.11.2024	Rührei mit Kartoffeln und Rahmspinat	Quarkstrudel mit Vanillesoße	Kartoffelpüree mit Kräuterquark und Rahmspinat
	kcal 389,5/kJ 1629,6/Fett 20,7/EW 19,1/KH 29,1/BE 2,4	kcal 662,9/kJ 2773,7/Fett 32,5/EW 23,1/KH 69,6/BE 5,8	kcal 168,7/kJ 705,8/Fett 6,4/EW 14,6/KH 12,6/BE 1,0

Donnerstag, 28.11.2024	Hähnchenschenkel mit Kartoffelsalat und Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing	Nudelsuppe	gem.Hähnchen in Rahmsoße Püree und gekochtem Karottensalat
	kcal 524,3/kJ 2193,9/Fett 30,5/EW 38,5/KH 21,5/BE 1,8	kcal 0,0/kJ 0,0/Fett 0,0/EW 0,0/KH 0,0/BE 0,0	kcal 186,1/kJ 778,7/Fett 6,5/EW 12,0/KH 17,9/BE 1,5
Apfelschnee Gemüsebrühe mit Gemüsestreifen			
Freitag, 29.11.2024	paniertes Fischfilet, Kartoffeln mit Knoblauchdip	Grießbrei mit Zimt-Zucker und Kirschkompott	gem.Fisch in Sahnesoße, Püree und Kaisergemüse gemixt
	kcal 361,3/kJ 1511,7/Fett 9,5/EW 25,7/KH 40,7/BE 3,4	kcal 506,2/kJ 2117,8/Fett 6,4/EW 18,9/KH 91,2/BE 7,6	kcal 210,1/kJ 879,0/Fett 11,4/EW 16,6/KH 10,5/BE 0,9

Samstag, 30.11.2024	Serviettenkloß mit Champignon und Käse überbacken, Blattsalat mit Essig-Öl-Dressing	Quarkauflauf mit Rosinen auf Beerensoße	feiner Quarkauflauf mit Fruchtsoße
	kcal 515,4/kJ 2156,5/Fett 32,4/EW 27,8/KH 26,3/BE 2,2	kcal 410,3/kJ 1716,6/Fett 5,4/EW 24,9/KH 64,0/BE 5,3	kcal 410,3/kJ 1716,6/Fett 5,4/EW 24,9/KH 64,0/BE 5,3

Sonntag, 01.12.2024	Zwiebelbraten mit Bratensoße, Spätzle und Kopfsalat mit Honig-Senf Dressing	Grießklößchensuppe	gem.Zwiebelbraten in Bratensoße, Kartoffelpüree und Mischgemüse gemixt
	kcal 346,7/kJ 1450,7/Fett 11,4/EW 19,4/KH 40,6/BE 3,4	kcal 0,0/kJ 0,0/Fett 0,0/EW 0,0/KH 0,0/BE 0,0	kcal 200,9/kJ 840,5/Fett 8,3/EW 18,8/KH 11,6/BE 1,0
weihnachtliche Orangen-Joghurt-Creme			