

## Speiseplan Seniorenzentrum Grullbad

	Montag 10.01.2022	Dienstag 11.01.2022	Mittwoch 12.01.2022	Donnerstag 13.01.2022	Freitag 14.01.2022	Samstag 15.01.2022	Sonntag 16.01.2022
Suppe	Rinderkraftbrühe mit Eierstich [c, g]  Brennwert: 47 KJ / 11 kcal	Lauchcremesuppe [g]  Brennwert: 141 KJ / 34 kcal	Eierflockensuppe [c, i]  Brennwert: 122 KJ / 29 kcal	Zucchinicreme-Suppe [a, a1, g]  Brennwert: 162 KJ / 40 kcal	Zwiebelsuppe  Brennwert: 112 KJ / 28 kcal		Frühlingsuppe mit Nudeln [a, a1, c, i]  Brennwert: 112 KJ / 26 kcal
Menü 1	Hähnchenbrustfilet-Piccata [a, a1, g], Champignonsoße [a, a1, a3, f, g, i], Rosenkohl mit Speck (2, 3) [g], Salzkartoffeln  Brennwert: 541 KJ / 128 kcal	Weißer Bohneneintopf (2, 3) [i], mit Kasseler  Brennwert: 439 KJ / 105 kcal	Schweineschnitzel paniert [a, a1], Bratensoße (1) [a, a1, a3, f, i], Salzkartoffeln, Selleriesalat (3) [i]  Brennwert: 443 KJ / 104 kcal	Bratwürstchen Fränkische Art (3), Kartoffelpüree [g], Sauerkraut  Brennwert: 527 KJ / 126 kcal	Alaska-Seelachs "Mediterran" [d, f], Senfsoße [a, a1, a3, f, i, j] mit Thymiankartoffeln, Tomatensalat (3) [l]  Brennwert: 305 KJ / 72 kcal	Hühnersuppe mit Reis und Gemüse [i]  Brennwert: 143 KJ / 34 kcal	Schweinebraten mit Bratenjus [a, a1, a3, f, i], Leipziger Allerlei in Rahm [a, a1, a3, g], Majorankartoffeln  Brennwert: 242 KJ / 57 kcal
Menü 2	Eier, gekocht [c], Senfsoße [a, a1, a3, f, i, j], Petersilienkartoffeln, Wachsbrechbohnen-salat  Brennwert: 372 KJ / 88 kcal	Hähnchenkeule, Kohlrabigemüse in Rahm [g], Bratensoße [a, a1, a3, f, i], Salzkartoffeln  Brennwert: 551 KJ / 131 kcal	Lasagne Spinaci [a, a1, c, g, i], Eisbergsalat mit Joghurtdressing [c, g]  Brennwert: 502 KJ / 120 kcal	Blaubeerpfannkuchen [a, a1, c, g], Soße mit Vanillegeschmack [g]  Brennwert: 513 KJ / 122 kcal	Schupfnudel Gemüsepfanne [a, a1, c, g]  Brennwert: 816 KJ / 195 kcal	Deftiger Linseneintopf (2, 3) [i], Wiener Würstchen (2, 3, 8) [i, j]  Brennwert: 498 KJ / 119 kcal	Nudel-Brokkoli-Gratin mit einer milden Käsesoße und Emmentaler-Käse überbacken [a, a1, g]  Brennwert: 434 KJ / 104 kcal
Dessert	Joghurt-Sahne-Creme mit Mandarinen [g, h, h7]  Brennwert: 485 KJ / 116 kcal	Karamell-Pudding [g]  Brennwert: 553 KJ / 132 kcal	Pfirsichjoghurt (1, 3, 9, 11) [g]  Brennwert: 342 KJ / 80 kcal	Vanille-Quarkspeise [g]  Brennwert: 704 KJ / 168 kcal	Mokkapudding [g]  Brennwert: 387 KJ / 92 kcal	Grießpudding [a, a1, g]  Brennwert: 574 KJ / 137 kcal	Wackelpudding Himbeer-Waldmeister (1, 3)  Brennwert: 263 KJ / 62 kcal