

## Speiseplan Seniorenzentrum Grullbad

	<b>Montag</b> 02.09.2019	<b>Dienstag</b> 03.09.2019	<b>Mittwoch</b> 04.09.2019	<b>Donnerstag</b> 05.09.2019	<b>Freitag</b> 06.09.2019	<b>Samstag</b> 07.09.2019	<b>Sonntag</b> 08.09.2019
<b>Suppe</b>	Flädlesuppe [a, a1, c, g]  Brennwert: 302 KJ / 66 kcal	Champignoncremesuppe [a, a1, a3, g]  Brennwert: 256 KJ / 62 kcal	Fleischklößchen Suppe mit Eiermuscheln [a, a1, a3, c, i]  Brennwert: 112 KJ / 27 kcal	Erbsencremesuppe [a, a1, a3, g]  Brennwert: 230 KJ / 56 kcal	Eierflockensuppe (3) [c, i]  Brennwert: 118 KJ / 29 kcal		Gebundene Ochenschwanz-Suppe [a, a1, a3, i]  Brennwert: 13 KJ / 3 kcal
<b>Menü 1</b>	Gegrillte Hähnchenkeule, Kohlrabi in Kräuterrahmsoße [a, a1, g], Salzkartoffeln, Geflügelrahmsoße [g]  Brennwert: 555 KJ / 132 kcal	Spiralnudeln [a, a1, c], Soße Bolognese aus Rind und Schwein [a, a1, i], Beilagensalat  Brennwert: 641 KJ / 152 kcal	Schmorripochen in Bratensoße [j], Krautsalat (3), Kartoffel-Kräuterpüree [g]  Brennwert: 425 KJ / 102 kcal	Paprikaschote mit Hackfleisch vom Rind und Schwein gefüllt [c], dazu Gemüsereis [i]  Brennwert: 422 KJ / 101 kcal	Heringsstipp [a, c, d, g, j], Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln (2, 3, 8), Eisbergsalat mit Dressing [c, g]  Brennwert: 717 KJ / 172 kcal	"Borschtsch" Russische Kohlsuppe mit Rindfleisch und Rote Beete (2, 3, 8, 9)  Brennwert: 255 KJ / 61 kcal	Rinderbraten mit Rinderbratensoße [a, a1, a3, f, i, j], Rotkohl, Kartoffelklöße  Brennwert: 493 KJ / 117 kcal
<b>Menü 2</b>	Pichelsteiner Eintopf mit Weißkohl, Sellerie und Möhren (2, 3, 5, 8) [i, l]  Brennwert: 252 KJ / 60 kcal	Wiener Würstchen (2, 3, 8), Münsterländer Kartoffelsalat (2) [g]  Brennwert: 798 KJ / 192 kcal	Blumenkohl-Kartoffelpfanne mit Käsesoße <V> [a, a1, a3, g]  Brennwert: 374 KJ / 90 kcal	Kaiserschmarrn [a, a1, c, g], mit Apfelkompott (3)  Brennwert: 859 KJ / 204 kcal	Gefüllte Eierpfannkuchen mit Quark und Rosinen [a, a1, c, g], Vanillesoße [g]  Brennwert: 620 KJ / 147 kcal	Lasagne Bolognese mit Rindfleisch [a, a1, c, g, i]  Brennwert: 516 KJ / 123 kcal	Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit Kartoffeln (5) [a, a1, a3, g, l]  Brennwert: 365 KJ / 88 kcal
<b>Dessert</b>	Pfirsichquark [g]  Brennwert: 469 KJ / 111 kcal	Himbeer Sahne Creme [g]  Brennwert: 515 KJ / 122 kcal	Bananenjoghurt [g]  Brennwert: 424 KJ / 101 kcal	Waldmeisterwackelpudding mit Vanillesoße (1) [g]  Brennwert: 396 KJ / 94 kcal	Apfelkompott (3)  Brennwert: 280 KJ / 67 kcal	Fruchtjoghurt 3,5% [g]  Brennwert: 435 KJ / 103 kcal	Eisdessert Vanille-Schoko (1) [g]  Brennwert: 420 KJ / 100 kcal