

## Speiseplan Seniorenzentrum Grullbad

	<b>Montag</b> 04.02.2019	<b>Dienstag</b> 05.02.2019	<b>Mittwoch</b> 06.02.2019	<b>Donnerstag</b> 07.02.2019	<b>Freitag</b> 08.02.2019	<b>Samstag</b> 09.02.2019	<b>Sonntag</b> 10.02.2019
<b>Suppe</b>	Flädlesuppe [a, a1, c, g]  Brennwert: 315 KJ / 69 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	Erbisencremesuppe [a, a1, a3, g]  Brennwert: 230 KJ / 56 kcal	Eierflockensuppe (3) [c, i]  Brennwert: 118 KJ / 29 kcal		Gebundene Ochsenchwanz-Suppe [a, a1, a3, i]  Brennwert: 13 KJ / 3 kcal
<b>Menü 1</b>	Gegrillte Hähnchenkeule, Kohlrabi in Kräuterrahmsoße [a, a1, g], Salzkartoffeln, Geflügelrahmsoße  Brennwert: 555 KJ / 132 kcal	Grünkohleintopf mit Kartoffeln, Zwiebeln und Bauchspeck (2, 3, 8) [a, a1, a4, j]  Brennwert: 484 KJ / 115 kcal	Buntes Putengulasch [a, a1, a3, f, i], Gebratene Gnocchi [a, a1, c]  Brennwert: 682 KJ / 162 kcal	Schmorrippchen in Bratensoße [j], Kaisergemüse im Rahm [a, a1, a3, g], Kartoffel-Kräuterpüree [g]  Brennwert: 339 KJ / 81 kcal	Alaska-Seelachs "Mediterran" [d, f], Salzkartoffeln, Gemüsekräutersoße [a, a1, a3, g], Gurkensalat (3)  Brennwert: 376 KJ / 89 kcal	Mailänder Suppentopf [a, a1, c, g]  Brennwert: 339 KJ / 81 kcal	Schweinebraten mit Bratenjus [a, a1, a3, f, i], Rosenkohl mit Speck (2, 3, 8) [g], Salzkartoffeln  Brennwert: 497 KJ / 118 kcal
<b>Menü 2</b>	Gemüse Lasagne Italia [a, a1, c, g]  Brennwert: 452 KJ / 108 kcal	Germknödel mit Kirschfüllung [a, a1, c, g], Soße mit Vanillegeschmack [g]  Brennwert: 842 KJ / 200 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	Gefüllte Eierpfannkuchen mit Quark und Rosinen [a, a1, c, g], Vanillesoße [g]  Brennwert: 620 KJ / 147 kcal	Pichelsteiner Eintopf mit Weißkohl, Sellerie und Möhren (2, 3, 5, 8) [i, l]  Brennwert: 254 KJ / 60 kcal	Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit Kartoffeln (5) [a, a1, a3, g, l]  Brennwert: 365 KJ / 88 kcal
<b>Dessert</b>	Pfirsichquark [g]  Brennwert: 478 KJ / 113 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	Birne  Brennwert: 218 KJ / 52 kcal	Eisdessert Vanille-Schoko (1) [g]  Brennwert: 898 KJ / 214 kcal