"Essen auf Rädern"
Tel.: 06192 966561
essen@snh-hofheim.de

Senioren Nachbarschafts Hilfe

Menüservice Essen auf Rädern

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE

MEHR ALS LECKER!

Name / Vorn.
Anschrift:
Tel.: Tour:

KW	1 Herzhaft Lecker	2 Fleischlos lecker	3 Süßer Genuss	4 Salatteller	Menü	1	2	3	4
1	7,95 €	7,95 €	7,95 €	6,95 €					
Mo 30.12	Ungarisches Rindergulasch Nudeln Fusilli Bio Zimtpflaumengrütze	Grillkäse [a, g] Tomaten-Paprikaquark [3, g, 6, 12] Linsengemüse [i] Zimtpflaumengrütze	Pancake [a, aW, c, g, 6] Sauerkirschsoße Zimtpflaumengrütze	Salatteller -Thunfisch [c, d, g, 12] Dressing French [g, 6] Brötchen [a, aW] Zimtpflaumengrütze	Mo 30.12	☐	☐	☐	☐
	10,2 g F 54,7 g K 19,6 g E 394,4 kcal	31,7 g F 99 g K 49,7 g E 906,8 kcal	16,2 g F 94,2 g K 14,4 g E 588,2 kcal	44,3 g F 66,9 g K 32,9 g E 777,8 kcal					
Di 31.12	Geflügelbratwurst [j] Geflügelsoße Sauerkraut Dampfkartoffeln	Currysojageschnetzeltes [f] Reis	Apfellasagne [a, aW, g, 6] Vanillesoße [g, 6]		Di 31.12	☐	☐	☐	
	18,4 g F 28,6 g K 19 g E 369,2 kcal	13,2 g F 81,4 g K 9,3 g E 488,4 kcal	11,9 g F 118,5 g K 16,1 g E 656,9 kcal	8,8 g F 37,7 g K 9,7 g E 281,6 kcal					
Mi 1.1	Kalbsfrikassee [g, 6] Fingermöhrengemüse natur Röstinchen Rustikal	Grillkäse [a, g] Linsengemüse [i]	Germknödel-Pflaume [a, aW] Vanillemohnsoße [g, 6]		Mi 1.1	☐	☐	☐	
	36 g F 38,8 g K 30 g E 613,9 kcal	26,6 g F 62,2 g K 37,2 g E 657,5 kcal	25,2 g F 55,4 g K 11,6 g E 494,3 kcal	5,9 g F 28,1 g K 4,4 g E 187,2 kcal					
Do 2.1	Hähnchenbrust Geflügelsoße mit Kräutern [2, 4, l] Karotten Rustica [2] Kartoffelspätzle [a, aW, c] Karamellpudding [g, 6]	Tortelloni Tricolore veget. [2, a, aW, c, g, 6] Käsesoße [2, 5, a, aW, c, g, 6] Karamellpudding [g, 6]	Apfelmus [4] Kartoffelpuffer [a, aW, c] Karamellpudding [g, 6]	Salatteller mit Ei [c, g, 6, 12] Joghurtdressing [2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6] Brötchen [a, aW] Karamellpudding [g, 6]	Do 2.1	☐	☐	☐	☐
	16,6 g F 64,3 g K 34,5 g E 551,1 kcal	30,7 g F 89,2 g K 30,4 g E 768,1 kcal	35,5 g F 82,8 g K 11 g E 704 kcal	22,5 g F 52,3 g K 21,6 g E 509,2 kcal					
Fr 3.1	Paniertes Fischfilet [1, a, aW, c, d, g, j, 6] Kartoffel-Gurken-Salat [j] Senf-Dill-Remoulade [2, 3, 4, c, g, j, 6, 12] Aprikosenquark [g, 6]	Rührei [c, g, i] Rahmspinat [g, 6] Salzkartoffeln Aprikosenquark [g, 6]	Zwetschgenmaultaschen [a, c, g, 6] Zimtsoße [g, 6] Aprikosenquark [g, 6]	Salatteller gemischt [4, g, 6] Joghurtdressing [2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6] Brötchen [a, aW] Aprikosenquark [g, 6]	Fr 3.1	☐	☐	☐	☐
	47,5 g F 46,7 g K 24,3 g E 722,9 kcal	24,2 g F 41,1 g K 26,5 g E 498 kcal	14,7 g F 41,3 g K 27,8 g E 410,6 kcal	24,1 g F 51,8 g K 20,2 g E 515,4 kcal					
Sa 4.1	Kartoffeleintopf [2, i] Mini Wiener Würstchen [5, i, j] (mS)	Blumenkohl-Brokkoli-Gratin [c, g, 6] Bärlauchsoße [a, aW, g, 6] Schwenkkartoffeln	Apfelstrudel [a, aW, c] Vanillesoße [g, 6]		Sa 4.1	☐	☐	☐	
	18,7 g F 26,7 g K 13,1 g E 332,2 kcal	24,3 g F 49,6 g K 22,9 g E 520,8 kcal	31,2 g F 85,4 g K 11,1 g E 676,7 kcal						
So 5.1	Kasslerbraten [5] Soße/Meerrettich Lac.-Glut. [9, g, l, 6] Rahmwirsing [g, 6] Kartoffelpüree [2, g, 6] (mS)	Spätzle-Gemüsepfanne [a, aW, c] Rahmsoße [2, 4, g, l, 6]	Topfennocken [a, aW, c, g] Beerenfruchtsoße		So 5.1	☐	☐	☐	
	27,6 g F 31,9 g K 28 g E 497,3 kcal	17,8 g F 64,2 g K 18,7 g E 495,9 kcal	8 g F 45,2 g K 17,9 g E 335 kcal						

Bei der Nährwertberechnung ist in den Menüs bereits das Dessert eingerechnet. Kcal = Kalorien / E = Eiweiß / F = Fett / K = Kohlenhydrate
1=mit Geschmacksverstärker (n) 2=mit Farbstoff (en) 3=mit Süßungsmittel 4=mit Antioxidationsmittel 5=mit Konservierungsstoff (en) 6=mit Milcheiweiß 7=mit Ph
8=mit Schwärzungsmitteln 9=mit Schwefeldioxid 10=gewachst 11=koffeinhaltig 12=enthält eine Phenylalaminquelle 13=chininhaltig 14=mit Taurin 15=Glutenhaltig
16=Krebstiere 17=Ei 18=Fisch 19=Erdnüsse 20=Soja 21=Milch/Lactose 22=Schalenfrüchte 23=Sellerie 24=Senf 25=Sesam 26=Sulfite 27=Lupinen

EVIM Serviceküche (Schlockerstiftung)
65795 Hattersheim, Dürerstr.25;
06190 899861

"Essen auf Rädern"
65719 Hofheim,
Burgstraße 28
Tel.: 06192 966561
essen@snh-hofheim.de

Senioren Nachbarschaf Hilfe

Für Kunden mit Schluckbeschwerden, kann auch passiertes Essen bestellt werden!

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

Wir wünschen guten Appetit!