



SENIOREN
NACHBARSCHAFTS
HILFE



Menüservice "Essen auf Rädern"

Tel. 06192 966 561, essen@snh-hofheim.de

Name _____
Tour _____

KW	1 Herzhaft Lecker	2 Fleischlos lecker	3 Süßer Genuss	4 Salatteller	Menü	1	2	3	4
21	8,75 €	8,75 €	8,75 €	7,66 €					
Mo	Hühnerfrikassee ^{4, 5, g, 6} Reis Pfersichkompott ^a	Kräuterquark ^{g, 6, 12} Dampfkartoffeln Chinakohlsalat Dressing Joghurt DGE ^{3, g, 6} Pfersichkompott ^a	Quarkkeulchen ^{a, aW, c, g, 6} Heidelbeersoße Pfersichkompott ^a	Salatteller -Thunfisch ^{c, d, g, 12} Dressing French ^{g, 6} Brötchen ^{a, aW} Pfersichkompott ^a	Mo				
18.5	6,1 g F 71,3 g K 21,6 g E 435,3 kcal	11,5 g F 55,2 g K 26,6 g E 446,9 kcal	5,2 g F 86,7 g K 19,4 g E 484 kcal	44,2 g F 57,2 g K 33,1 g E 741 kcal	18.5				
Di	Haschee (Rind) Kartoffelpüree ^{2, g, 6} Karottensalat natur Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Spargel Risotto ^{2, 5, c, g, 6} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Eierpfannkuchen ^{a, aW, c, g, 6} Fruchtsoße Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Salatteller mit Mozzarella ^{3, g, 6} Kräutercreme Dressing ^{4, j, l} Brötchen ^{a, aW} Kirschjoghurt ^{2, g, 6}	Di				
19.5	21,5 g F 39,4 g K 23,4 g E 449,9 kcal	36,8 g F 52,5 g K 15,1 g E 608,7 kcal	11,5 g F 80,9 g K 20,6 g E 535,8 kcal	11,7 g F 51,4 g K 12,9 g E 377,6 kcal	19.5				
Mi	Fleischkäse ⁵ Senf ^j Karotten-Kartoffelgemüse ^{g, 6} Salat SP Eisberg Dressing Balsamico Ananas Kompott (mS)	Bunter Gemüseeintopf ⁱ Schlockerkruste ^{a, aD, aR, aW} Ananas Kompott	Schupfnudeln ^{a, aW, c, g, 6} Zimtsoße ^{g, 6} Ananas Kompott	Salatteller mit grünem Spargel 1000island Dressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Ananas Kompott	Mi				
20.5	30,8 g F 36,6 g K 21,2 g E 512,6 kcal	1,7 g F 55,5 g K 7,6 g E 281,5 kcal	19,7 g F 130,6 g K 13,2 g E 764,3 kcal	6,3 g F 43,2 g K 4,8 g E 253,3 kcal	20.5				
Do	Lasagne Bolognese ^{g, 6} Tomaten-Basilikum-Soße ^{g, 6} Erdbeerquark ^{g, 6}	Käsespätzle ^{2, a, aW, c, g, 6} Spargelsalat ^{4, c, g, l, 6, 12} Erdbeerquark ^{g, 6}	Kaiserschmarrn OHNE Rosinen ^{a, aW, c, g} Vanille-Apfel-Soße ^{g, 6} Erdbeerquark ^{g, 6}	Salatteller mit Ei ^{c, g, 6, 12} Joghurdressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Erdbeerquark ^{g, 6}	Do				
21.5	43,4 g F 70 g K 47 g E 871,7 kcal	58,1 g F 85 g K 32,1 g E 1003,7 kcal	28,7 g F 122,7 g K 32,3 g E 889,5 kcal	21,5 g F 48,6 g K 24,3 g E 498,4 kcal	21.5				
Fr	Seelachsfilet natur ^d Senf-Dillsoße ^j Möhrengemüse Scheiben Dampfkartoffeln Pannacottapudding ^{g, 6}	Spargelragout ^{a, aW, c, g, l, 6} Dampfkartoffeln Pannacottapudding ^{g, 6}	Topfennocken ^{a, aW, c, g} Erdbeersoße Pannacottapudding ^{g, 6}	Salatteller gemischt ^{4, g, 6} Joghurdressing ^{2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6} Brötchen ^{a, aW} Pannacottapudding ^{g, 6}	Fr				
22.5	11,9 g F 47 g K 24,1 g E 408,2 kcal	9,3 g F 37,7 g K 8,2 g E 278,6 kcal	14 g F 68,4 g K 20,3 g E 490,9 kcal	26,5 g F 55,7 g K 16,3 g E 536,4 kcal	22.5				
Sa	Spargel-Graupeneintopf ^{a, aG, g, 6}	Maultaschen ^{a, aW, c, g, i} Gemüserahmsoße ^{g, i, 6}	Topfenmarillenknödel ^{a, aW, c, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6}		Sa				
23.5	23,5 g F 25,6 g K 7,1 g E 352,2 kcal	20 g F 73,6 g K 15,9 g E 540,6 kcal	12,9 g F 62,1 g K 13,5 g E 421,9 kcal		23.5				
So	Schweine Schnitzel ^{a, aW} Rheingauer Soße ^{2, 4, g, l, 6} Kartoffelgratin	Gemüse-Käseschnitzel ^{a, aH, aW} Stangenspargel Sauce Hollandaise ^{c, g, 6} Dampfkartoffeln	Eierpfannenk. mit Apfelfüllung ^{a, c, g, 6} Vanillesoße ^{g, 6}		So				
24.5	39,3 g F 33,9 g K 25,3 g E 591,4 kcal	33,4 g F 81 g K 16,3 g E 711,2 kcal	16,6 g F 38,2 g K 11,3 g E 347,6 kcal		24.5				

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 P

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE

Guten Appetit!