



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
<b>24</b>	<b>8,75 €</b>	<b>8,75 €</b>	<b>8,75 €</b>	<b>7,66 €</b>					
<b>Mo</b> <b>8.6</b>	Rindergeschnetzeltes Stroganoff <sup>3, j</sup> Spätzle <sup>a, aW, c</sup> Gurkensalat natur <sup>4, l</sup> Kirschjoghurt <sup>2, g, 6</sup>	Kräuterquark <sup>g, 6, 12</sup> Dampfkartoffeln Gurkensalat natur <sup>4, l</sup> Kirschjoghurt <sup>2, g, 6</sup>	Quark-Grieß-Auflauf <sup>a, aW, c, g, 6, 12</sup> Erdbeersoße Kirschjoghurt <sup>2, g, 6</sup>	Salatteller -Thunfisch <sup>c, d, g, 12</sup> Dressing French <sup>g, 6</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Kirschjoghurt <sup>2, g, 6</sup>	<b>Mo</b> <b>8.6</b>				
	18,1 g F 56,3 g K 33 g E 527,6 kcal	14,9 g F 53,3 g K 28,2 g E 474 kcal	19 g F 77,9 g K 35,6 g E 641,8 kcal	47 g F 55,7 g K 35,6 g E 768 kcal					
<b>Di</b> <b>9.6</b>	Nudel-Hackfleisch-Gratin <sup>a, aW, c, g, 6</sup> Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Tortelloni Tricolore <sup>2, a, aW, c, g, 6</sup> Käsesoße <sup>2, 5, a, aW, c, g, 6</sup> Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Pancake <sup>a, aW, c, g, 6</sup> Sauerkirschoße Erdbeer-Rhabarber-Grütze	Salatteller mit Mozzarella <sup>3, g, 6</sup> Kräutercreme Dressing <sup>4, j, l</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Erdbeer-Rhabarber-Grütze	<b>Di</b> <b>9.6</b>				
	47,7 g F 63,7 g K 34,6 g E 832 kcal	26,1 g F 92,9 g K 28,8 g E 740,7 kcal	16,2 g F 88,1 g K 14,4 g E 567,3 kcal	9 g F 56,5 g K 10,2 g E 366,4 kcal					
<b>Mi</b> <b>10.6</b>	Fleischkäse <sup>5</sup> Senf <sup>j</sup> Karottengemüse Salzkartoffeln Ananas Kompott	Chili sin Carne <sup>f, i</sup> Reis Eisberg.-Radicchiosalat 1000island Dressing <sup>2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6</sup> Ananas Kompott	Germknödel-Pflaume <sup>a, aW</sup> Vanillemoohnsoße <sup>g, 6</sup> Ananas Kompott	Salatteller mit Feta <sup>g</sup> 1000island Dressing <sup>2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Ananas Kompott	<b>Mi</b> <b>10.6</b>				
	22,2 g F 45,1 g K 21,5 g E 479,4 kcal	8,3 g F 94,5 g K 19,4 g E 557,3 kcal	7,6 g F 114,6 g K 14,9 g E 589,3 kcal	6,4 g F 43,1 g K 4,9 g E 255,2 kcal					
<b>Do</b> <b>11.6</b>	Haschee mit Champignon Kartoffelpüree <sup>2, g, 6</sup> Karottensalat natur Erdbeerquark <sup>g, 6</sup>	Gnocchi <sup>2, a, c</sup> Tomaten-Basilikum-Soße <sup>g, 6</sup> Erdbeerquark <sup>g, 6</sup>	Griesschmarrn <sup>a, c, g, 6</sup> Pfirischoße warm <sup>a</sup> Erdbeerquark <sup>g, 6</sup>	Salatteller mit Ei <sup>c, g, 6, 12</sup> Joghurt dressing <sup>2, 3, 4, 9, c, g, j, l, 6</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Erdbeerquark <sup>g, 6</sup>	<b>Do</b> <b>11.6</b>				
	20,6 g F 43,3 g K 24,4 g E 464,6 kcal	20,6 g F 121,4 g K 15 g E 747,8 kcal	28,5 g F 81,2 g K 22,1 g E 677,5 kcal	21,5 g F 48,6 g K 24,3 g E 498,4 kcal					
<b>Fr</b> <b>12.6</b>	Seelachs Knusperpanade <sup>a, d</sup> Kartoffelsalat <sup>2, 5</sup> Remoulade <sup>2, 3, 4, c, g, j, 6, 12</sup> Tagesdessert <sup>g, 6</sup>	Rührei <sup>c, g, l</sup> Rahmspinat <sup>g, 6</sup> Dampfkartoffeln Tagesdessert <sup>g, 6</sup>	Topfenzwetschgenknödel <sup>a, aW, c, g</sup> Zimtsoße <sup>g, 6</sup> Tagesdessert <sup>g, 6</sup>	Salatteller gemischt <sup>4, g, 6</sup> Kräuterdressing <sup>4, j, l</sup> Brötchen <sup>a, aW</sup> Tagesdessert <sup>g, 6</sup>	<b>Fr</b> <b>12.6</b>				
	42,8 g F 61 g K 23,7 g E 743 kcal	27,7 g F 43,7 g K 23 g E 531,8 kcal	13,7 g F 72,4 g K 11,8 g E 473,2 kcal	30,2 g F 57,5 g K 16,8 g E 587,7 kcal					
<b>Sa</b> <b>13.6</b>	Erseneintopf <sup>i, 12</sup> Wiener Würstchen <sup>1, 5</sup> (mS)	Maultaschen <sup>a, aW, c, g, i</sup> Gemüserahmsoße <sup>g, i, 6</sup>	Apfelstrudel <sup>a, aW, c</sup> Vanillesoße <sup>g, 6</sup>		<b>Sa</b> <b>13.6</b>				
	15,2 g F 44,4 g K 22,2 g E 417,9 kcal	20 g F 73,6 g K 15,9 g E 540,6 kcal	32,8 g F 92,3 g K 12,6 g E 724,3 kcal						
<b>So</b> <b>14.6</b>	Kalbsbraten Rahmsoße <sup>2, 4, g, l, 6</sup> Lauchgemüse/Rahm <sup>a, aW, g, 6</sup> Salzkartoffeln	Kohlrabi-Kartoffelaufwurf <sup>g, c, g, l, 6</sup> Champignonkräutersoße <sup>4, 5, g, 6</sup>	Milchreis <sup>g, 6</sup> Beerenfruchtsoße		<b>So</b> <b>14.6</b>				
	16,7 g F 33,8 g K 38,4 g E 446,2 kcal	27,6 g F 27,4 g K 19,5 g E 449,7 kcal	13,2 g F 77,1 g K 15,7 g E 499,9 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 P  
8=mit Schwärzungsmitteln 9=mit Schwefeldioxid 10=gewachst 11=koffeinhaltig 12=enthält eine Phenylalaninquelle 13=chininhaltig 14=mit Taurin 15=Glutenhalt  
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

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE

Änderungen vorbehalten!

Guten Appetit!