

Menüservice Essen auf Rädern

je 10g (K) Kohlenhydrate = 1BE



Name / Vorn.

Anschrift:

Tel.: _____ Tour: _____

KW	Menü 1 Mo-Fr mit Dessert	Menü 2 Mo-Fr mit Dessert	Menü 3 Mo-Fr mit Dessert	Menü 4 Mo-Fr mit Dessert
3	5,30 €	6,25 €	6,25 €	6,25 €
Mo 17.1	Hähnchengeschnetzeltes ^{4,7,a,g,6} Brokkoligemüse Spätzle ^{a,aW,c} Mandarinenkompott 11,6 g F 58,2 g K 25,7 g E 450 kcal	Königsberger Klopse ^{a,c} (mS) Kapernsoße ^{7,a,aW,g,6} Reis ⁷ Rote Beete Salat ⁷ Mandarinenkompott 22,3 g F 64,9 g K 20,5 g E 556,6 kcal	Würstchen ^{a,c,j} Grünkohl ^{7,f} Salzkartoffeln geschnitten ⁷ Mandarinenkompott 20,7 g F 43,4 g K 36,1 g E 516,4 kcal	Salatteller -Thunfisch ^{7,c} Dressing French ^{9,6} Brötchen ^{a,aW} Mandarinenkompott 89 g F 62,1 g K 32,3 g E 1190,4 kcal
Di 18.1	Seelachsfilet natur ^{7,d} Zitronenbuttersoße ^{4,a,aW,c,g,6} Kürbis-Karottengemüse ⁷ Reis ⁷ Aprikosenquark ^{7,9,6} 19,6 g F 52 g K 46,2 g E 578 kcal	Kasselerbraten (mS) Soße/Meerrettich Lac.-Glut. ^{4,9,6} Rahmwirsing ^{7,9,6} Dampfkartoffeln ⁷ Aprikosenquark ^{7,9,6} 23,2 g F 49,2 g K 33,8 g E 550,7 kcal	Pichelsteiner Eintopf ^{4,7,1} Brot ^{a,aD,aR,aW} Aprikosenquark ^{7,9,6} 4 g F 53,4 g K 12,6 g E 306,2 kcal	Salatteller Di.Pute-Mozza ^{7,9,6} Kräutercreme Dressing ^{4,j} Brötchen ^{a,aW} Aprikosenquark ^{7,9,6} 12,7 g F 56,2 g K 20,5 g E 429,8 kcal
Mi 19.1	Milchreis ^{3,9,6} Zucker und Zimt Erdbeersoße Schokopudding ^{9,6} 19,1 g F 153,6 g K 20,1 g E 773,4 kcal	Rindergulasch ^{7,a} Bohngengemüse natur ⁷ Salzkartoffeln geschnitten ⁷ Schokopudding ^{9,6} 19 g F 62,5 g K 29,1 g E 480,2 kcal	Pilzrahmrugout ^{4,7,9,6} Serviettenknödel ^{a,c} Endiviensalat Dill-Senf-Dressing ^{4,7,c,g,i,6} Schokopudding ^{9,6} 46,5 g F 92,8 g K 26,4 g E 812,7 kcal	Salatteller Mi Feta ^{7,c} Dressing 1000island ^{3,4,7,9,c,g,6} Brötchen ^{a,aW} Schokopudding ^{9,6} 11,4 g F 65,6 g K 8,3 g E 340,9 kcal
Do 20.1	Geflügelbratwurst Schnecke ^{1,4,7} Bratensoße Rahmblumenkohl ⁷ Kräuterpüree ^{4,7,9,6} Heidelbeerjoghurt ^{9,6} 35,7 g F 37,7 g K 25,1 g E 574,6 kcal	Paprika Schote ^c (mS) Paprikasoße ³ Reis ⁷ Heidelbeerjoghurt ^{9,6} 10,8 g F 80,9 g K 19,9 g E 508,4 kcal	Polentaschnitte ^{7,6} Gemüseragout ^{7,9,6} Heidelbeerjoghurt ^{9,6} 15,8 g F 48,5 g K 12,7 g E 391,8 kcal	Salatteller Do.Pute-Cham ^{7,9,6} Kräuterdressing ^{4,j} Brötchen ^{a,aW} Heidelbeerjoghurt ^{9,6} 17,1 g F 52,1 g K 21,1 g E 500,6 kcal
Fr 21.1	Kräuterquark ^{7,9,6} Dampfkartoffeln ⁷ Salatmischung Walzer Dill-Senf-Dressing ^{4,7,c,g,i,6} Zitronenmousse ^{2,9,6} 10,4 g F 45,1 g K 35,8 g E 473,1 kcal	Knusperfisch Tomate-Mozarella-Füllung ^{d,g,6} Tomatensahnesoße ^{7,9,6} Kartoffelpüree ^{4,7,9,6} Krautsalat Zitronenmousse ^{2,9} 23,2 g F 44,8 g K 22,9 g E 523,5 kcal	Gemüsecurry ^{4,7,a,g,6} Reis ⁷ Zitronenmousse ^{2,9,6} 14,9 g F 64,7 g K 11,6 g E 483,2 kcal	Salatteller Fr. Mozzarella ^{9,6} Kräuterdressing ^{4,j} Brötchen ^{a,aW} Zitronenmousse ^{2,9,6} 32,8 g F 41,4 g K 18,9 g E 584,4 kcal
Sa 22.1	Fleischkäse grob (mS) Bratensoße Kartoffelgratin ^{7,a,aW,g,6} (mS) 42,9 g F 31,3 g K 26,3 g E 618,7 kcal	Schnippelbohneintopf mit Speck ^{7,1} (mS) 7,1 g F 27,8 g K 11,3 g E 224,2 kcal	Schnippelbohneintopf ^{7,1} 1,5 g F 28,3 g K 8,3 g E 164,5 kcal	
So 23.1	Hähnchenmedaillon ⁴ Geflügelsoße Pastinaken in Rahm Kartoffelpüree ^{4,7,9,6} 14,4 g F 22,8 g K 31,1 g E 347,6 kcal	Schweinebauch gefüllt (mS) Kümmelsoße ³ Bayrisches Kraut ⁷ Kartoffelklöße (mS) 32,9 g F 53,3 g K 31,3 g E 636,3 kcal	Gemüsestrudel ^{2,5,a,c,g,i,6} Bärlauchsoße ^{4,7,a,g,6} 20,1 g F 60,5 g K 14,9 g E 487,4 kcal	

Menü	1	2	3	4
Mo 17.1				
Di 18.1				
Mi 19.1				
Do 20.1				
Fr 21.1				
Sa 22.1				
So 23.1				

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

8=mit Schwärzungsmitteln 9=mit Schwefeldioxid 10=gewachst 11=koffeinhaltig 12=enthält eine Phenylalaminquelle 13=chininhaltig 14=mit Taurin 15=Gl



(Schlockerstiftung)

65795 Hattersheim,

Dürerstr.25; 06190 899861

65719 Hofheim,

Burgstraße 28

Tel.: 06192 966561

mb@snh-hofheim.de



SENIOREN
NACHBARSCHAFTS
HILFE