

Ev. Altenhilfezentrum Elisabethenhof		
	Menü I	Menü II
Montag 26.01	Gemüsebrühe mit Nudeln Hackbraten mit Rahmsoße und Petersilienkartoffel dazu Bohnensalat mit Schmanddressing Ei:34 g, Fe:86 g, ge:16 g, ge:53 g, 5007 kJ, 1204 kcal, Ko:5 g, Ko:68 g	Gemüsebrühe mit Nudeln Gemüsepfanne Helle Soße Petersilienkartoffel Ei:22 g, Fe:19 g, ge:45 g, ge:7 g, 3037 kJ, 725 kcal, Ko:55 g, Ko:109 g
Dienstag 27.01	Hähnchenbrustfilet Hawaii Butterreis Kopfsalat Fruchtjoghurt Erdbeer Ei:32 g, Fe:17 g, ge:16 g, ge:9 g, 2380 kJ, 565 kcal, Ko:4 g, Ko:70 g	Nudelauflauf Käsesoße Kopfsalat Fruchtjoghurt Erdbeer Ei:37 g, Fe:39 g, ge:20 g, ge:23 g, 3398 kJ, 812 kcal, Ko:2 g, Ko:76 g
Mittwoch 28.01	Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Mokkapudding mit Sahne Ei:27 g, Fe:28 g, ge:19 g, ge:13 g, 2327 kJ, 556 kcal, Ko:33 g, Ko:45 g	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung und Kräutersoße dazu Gemischter Salat Mokkapudding mit Sahne Ei:19 g, Fe:43 g, ge:50 g, ge:16 g, 3784 kJ, 907 kcal, Ko:55 g, Ko:108 g
Donnerstag 29.01	Zuccinicremesuppe Milchreis mit Zimt und Zucker heiße Kirschen Ei:12 g, Fe:34 g, ge:29 g, ge:18 g, 2836 kJ, 676 kcal, Ko:2 g, Ko:79 g	Zuccinicremesuppe Gemüsemaultaschen Helle Soße Feldsalat Ei:25 g, Fe:33 g, ge:41 g, ge:15 g, 3555 kJ, 849 kcal, Ko:55 g, Ko:107 g
Freitag 30.01	Deftiger Kartoffeleintopf mit Würstchen Mandarinenquark Ei:23 g, Fe:7 g, ge:6 g, ge:1 g, 795 kJ, 189 kcal, Ko:2 g, Ko:8 g	vegetarischer Kartoffeleintopf Mandarinenquark Ei:2 g, Fe:0 g, ge:1 g, ge:0 g, 348 kJ, 83 kcal, Ko:3 g, Ko:17 g
Samstag 31.01	Linseneintopf mit Speck und Kräutern Roggenmischbrot Banane Ei:13 g, Fe:13 g, ge:22 g, ge:6 g, 2062 kJ, 493 kcal, Ko:3 g, Ko:76 g	Möhreneintopf Roggenmischbrot Banane Ei:9 g, Fe:9 g, ge:26 g, ge:1 g, 1621 kJ, 386 kcal, Ko:3 g, Ko:62 g
Sonntag 01.02	gemischte Bratenplatte mit Bratensoße und Salzkartoffeln dazu Rotkraut Eisdessert Ei:37 g, Fe:29 g, ge:28 g, ge:16 g, 2997 kJ, 715 kcal, Ko:36 g, Ko:78 g	Gemüseschnitzel mit Kräutersoße und Salzkartoffeln Eisdessert Ei:23 g, Fe:27 g, ge:46 g, ge:11 g, 3754 kJ, 896 kcal, Ko:84 g, Ko:142 g