AWO Sozialzentrum Bensheim

Speiseplan vom 14.07.2025 - 20.07.2025

Wir wünschen einen guten Appetit!

AWO Hessen-Süd

Mittagessen

Tag	Menü 1 - Essen auf Räder	Menü 2 - Essen auf Räder
Mo., 14.07.2025	Blumenkohlcreme- suppe [Wei,L,M] Hühnerfrikassee mit Erbsen und Champignons [Wei,L,M] Reis Fruchtkompott [7]	Blumenkohlcreme- suppe [Wei,L,M] Nudelauflauf mit Gemüse [Wei,L,E,M] Tomatensalat [2] Fruchtkompott [7]
	557 kcal, 35 g Eiweiß, 14 g Fett, 70,6 g KH, 5,8 BE, 0,15 g Salz	604 kcal, 18,9 g Eiweiß, 24,3 g Fett, 77,1 g KH, 6,4 BE, 0,22 g Salz
Di., 15.07.2025	Gemüsebrühe mit Reis [Sel] Gemüse-Kartoffel-Gratin [L,M] Bechamelsauce [7,Wei,L,M] Fruchtquark [7,L,M]	Gemüsebrühe mit Reis [Sel] Curryreispfanne mit Gemüse [7,S] Chinakohlsalat Fruchtquark [7,L,M]
	537 kcal, 17,1 g Eiweiß, 30,6 g Fett, 46,4 g KH, 3,6 BE, 1,4 g Salz	599 kcal, 18,7 g Eiweiß, 19,2 g Fett, 84,2 g KH, 6,8 BE, 4,57 g Salz
Mi., 16.07.2025	Zucchinicreme- suppe [2,Wei] Frikadelle [Wei,E] mit Senf [S] Kartoffelpüree [2,8,L,M,SO2] Gurkensalat [2,L,M,S] Obst der Saison [9]	Zucchinicreme- suppe [2,Wei] Quarkauflauf mit Aprikosen [Wei,L,E,M] Vanillesauce [L,M] Obst der Saison [9]
	607 kcal, 19,3 g Eiweiß, 33,8 g Fett, 53,9 g KH, 4,5 BE, 3,73 g Salz	446 kcal, 20,2 g Eiweiß, 12 g Fett, 61,9 g KH, 5,2 BE, 2,01 g Salz
Do., 17.07.2025	Hühnerbrühe mit Backerbsen [2,Wei,L,E,M,Sel] Paniertes Hähnchenschnitzel [2,Wei] Rahmsauce [L,M] Bandnudeln [Wei] Eisbergsalat Mokkapudding [L,So,M]	Hühnerbrühe mit Backerbsen [2,Wei,L,E,M,Sel] Pellkartoffeln Kräuterquark [L,M] Eisbergsalat Mokkapudding [L,So,M]
	649 kcal, 31,7 g Eiweiß, 15,6 g Fett, 93,5 g KH, 7,8 BE, 3,1 g Salz	251 kcal, 10 g Eiweiß, 5,8 g Fett, 37 g KH, 2,9 BE, 0,8 g Salz
Fr., 18.07.2025	Champignoncreme- suppe [7,Wei,L,M] Gebratenes Seelachsfilet [2,Wei,F] Senf-Dill-Sauce [7,Wei,L,M,S] Dampfkartoffeln [8] Mischgemüse [7,Sel] Erdbeer-Rhabarbergrütze	Champignoncreme- suppe [7,Wei,L,M] Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung [Wei,L,E,M] Fruchtsauce [2] Erdbeer-Rhabarbergrütze
	462 kcal, 39,2 g Eiweiß, 12,2 g Fett, 49,2 g KH, 4,1 BE, 1,8 g Salz	408 kcal, 10,8 g Eiweiß, 8,5 g Fett, 68,3 g KH, 5,7 BE, 1,44 g Salz
Sa., 19.07.2025	Hühnereintopf mit Kartoffeln [Sel] Mischbrot [Wei,Rog,Ger,Haf] Fruchtjoghurt [L,M]	Französischer Gemüseeintopf [2,Sel] Mischbrot [Wei,Rog,Ger,Haf] Fruchtjoghurt [L,M]
	267 kcal, 14,7 g Eiweiß, 4,7 g Fett, 39,7 g KH, 3,3 BE, 3,84 g Salz	269 kcal, 9,9 g Eiweiß, 3,8 g Fett, 46,7 g KH, 3,9 BE, 2,68 g Salz
So., 20.07.2025	Rindfleischbrühe mit Fadennudeln [Wei,E,Sel] Kohlroulade [L,M,S] Bratensauce Salzkartoffeln [8] Vanillepudding [7,L,M]	Rindfleischbrühe mit Fadennudeln [Wei,E,Sel] Schupfnudelpfanne mit Sauerkraut [1,2,Wei,E] Vanillepudding [7,L,M]
	571 kcal, 16,6 g Eiweiß, 28,5 g Fett, 58,6 g KH, 4,9 BE, 4,2 g Salz	369 kcal, 10,6 g Eiweiß, 5,9 g Fett, 65,4 g KH, 5,5 BE, 3,34 g Salz

Enthält Zusatzstoffe: (1) mit Konservierungsstoff; (2) mit Antioxidationsmittel; (7) mit Farbstoff; (8) geschwefelt; (9) gewachst Enthält Allergene: (Wei) Weizen und Weizenerzeugnisse; (Rog) Roggen und Roggenerzeugnisse; (Ger) Gerste und Gersteerzeugnisse; (Haf) Hafer und Hafererzeugnisse; (L) Laktose; (E) Eier; (F) Fisch; (So) Soja; (M) Milch; (Sel) Sellerie; (S) Senf; (SO2) Schwefeldioxid und Sulfide

Änderungen vorbehalten!

Bei Fragen (z.B. zu Allergenen), Wünschen oder Anregungen steht Ihnen unsere Küchenleitung unter 06251-1092108 gern zur Verfügung!