

## AWO Sozialzentrum Bensheim

## Speiseplan vom 28.07.2025 - 03.08.2025



## Hessen-Süd

Wir wünschen einen guten Appetit!

Tag	Menü 1 - Essen auf Räder	Menü 2 - Essen auf Räder
Mo., 28.07.2025	Kohlrabicreme- suppe 7.Wei,L,M Hähnchenschenkel Rahmsauce L,M Kartoffelpüree 7.L,M Kohlrabigemüse 7,Wei,L,M Fruchtkompott 7	Kohlrabicreme- suppe 7,Wei,L,M Käsespätzle mit Röstzwiebeln 2,Wei,L,E,M Gemüsesalat 2,Sel Fruchtkompott 7
	631 kcal, 39,2 g Eiweiß, 28 g Fett, 51 g KH, 4,2 BE, 6,57 g Salz	570 kcal, 20,8 g Elweiß, 15 g Fett, 84,8 g KH, 7,1 BE, 4,32 g Salz
Di., 29.07.2025	Nudelsuppe Wei,E,Sel Griechischer Bauernsalat 10,L,M Baguette Wel Fruchtquark 7,L,M	Nudelsuppe wei,E,Sel Blumenkohl-Käse-Medaillon <sup>2,7,Wei,L,M</sup> Schnittlauchsauce <sup>7,Wei,L,M</sup> Kräuterpüree <sup>7,L,M</sup> Fruchtquark <sup>7,L,M</sup>
	356 kcal, 16,9 g Eiweiß, 13,6 g Fett, 39,4 g KH, 3,1 BE, 2,99 g Salz	611 kcal, 19,8 g Eiweiß, 28,3 g Fett, 65,4 g KH, 5,2 BE, 4,96 g Salz
Mi., 30.07.2025	Gemüsecreme- suppe <sup>7,Wei,L,M,Sel</sup> Gabelspaghetti <sup>Wei</sup> Bolognese <sup>7,Wei,Sel</sup> mit geriebenem Parmesan <sup>1,L,E,M</sup> Eisbergsalat Obst der Saison <sup>9</sup>	Gemüsecreme- suppe <sup>7,Wei,LM,Sei</sup> Germknödel mit Pflaumenmus gefüllt <sup>2,Wei</sup> Vanillesauce <sup>LM</sup> Obst der Saison <sup>9</sup>
	591 kcal, 25,1 g Eiweiß, 22,3 g Fett, 69,7 g KH, 5,8 BE, 1,81 g Salz	735 kcal, 15,7 g Eiweiß, 21,2 g Fett, 118,1 g KH, 9,8 BE, 1,98 g Salz
Do., 31.07.2025	Minestrone Wei.E.Sel Schnitzel Wei Jägersauce L.M Butterkartoffeln B.L.M Blumenkohl 7 Haselnusspudding L.M	Minestrone Wei,E,Sei Kartoffel-Gemüsegratin <sup>2,L,M</sup> Tomatensalat <sup>2</sup> Haselnusspudding <sup>L,M</sup>
	569 kcal, 27,9 g Eiweiß, 19,8 g Fett, 67,2 g KH, 5,6 BE, 2,85 g Salz	529 kcal, 12,9 g Eiweiß, 28,2 g Fett, 55,6 g KH, 4,3 BE, 1,25 g Salz
Fr., 01.08.2025	Kartoffelcreme- suppe <sup>8,L,M,Sel</sup> Seelachs-Spinat-Lasagne <sup>Wel,L,F,M</sup> Karottensalat <sup>1,2,16</sup> Buttermilchdessert <sup>L,M</sup>	Kartoffelcreme- suppe <sup>8,L,M,Sel</sup> Eieromelett <sup>L,E,M</sup> Pilz-Sahne-Sauce <sup>7,Wel,L,M,Sel</sup> Dampfkartoffeln <sup>8</sup> Buttermilchdessert <sup>L,M</sup>
	579 kcal, 29,4 g Eiweiß, 16,8 g Fett, 80,3 g KH, 6,3 BE, 2,99 g Salz	510 kcal, 21,1 g Eiweiß, 20,4 g Fett, 58,3 g KH, 4,4 BE, 2,58 g Salz
Sa., 02.08.2025	Linsen-Weißkohl-Eintopf <sup>2,L,M</sup> Wiener Würstchen <sup>1,2</sup> Mischbrot <sup>Wei,Rog,Ger,Haf</sup> Fruchtjoghurt <sup>L,M</sup>	Bunter Gemüseeintopf Mischbrot Wei,Rog,Ger,Haf Fruchtjoghurt L,M
	682 kcal, 27,6 g Eiweiß, 35,9 g Fett, 58,2 g KH, 4,8 BE, 4,45 g Salz	221 kcal, 7,2 g Eiweiß, 3,7 g Fett, 37,8 g KH, 3,2 BE, 2,57 g Salz
So., 03.08.2025	Fleischbrühe mit Nudeln wei,E,Sei Rinderbraten Esterhazy <sup>2,Sei</sup> Salzkartoffeln <sup>8</sup> Gemüsesalat <sup>2,Sei</sup> Orangencreme <sup>7,L,M</sup>	Fleischbrühe mit Nudeln wei,E.Sei Rösti mit Rahm-Champignons und Käse überb cken 7,Wei,L.M Gemüsesalat 2,Sei Orangencreme 7,L,M
	461 kcal, 27,9 g Eiweiß, 15 g Fett, 50,7 g KH, 4,2 BE, 1,71 g Salz	644 kcal, 17,1 g Eiweiß, 32,9 g Fett, 64,4 g KH, 5,4 BE, 3,77 g Salz

Änderungen vorbehalten!