

Speiseplan Seniorenzentrum Grullbad

	Montag 03.01.2022	Dienstag 04.01.2022	Mittwoch 05.01.2022	Donnerstag 06.01.2022	Freitag 07.01.2022	Samstag 08.01.2022	Sonntag 09.01.2022
Suppe	Bouillon mit Eierstich [c, g], Gemüswürfel [i] Brennwert: 80 KJ / 19 kcal	Gemüsecremesuppe [i] Brennwert: 84 KJ / 20 kcal	Eierflockensuppe [c, i] Brennwert: 122 KJ / 29 kcal	Chinesische Gemüsesuppe [a, a1, c, f, i] Brennwert: 98 KJ / 23 kcal	Rinderbrühe mit Backerbsen und Gemüsestreifen [a, a1. c. a. il] Brennwert: 82 KJ / 20 kcal		Käse-Cremesuppe "Tessin" [a, a1, f, g] Brennwert: 180 KJ / 42 kcal
Menü 1	Frikadelle von Rind und Schwein [a, a1, c, j], Champignonsoße [a, a1, a3, f, g, i], Rahmwirsing [a, a1, g], Salzkartoffeln Brennwert: 470 KJ / 112 kcal	Steckrübeneintopf mit Wurzelgemüse und Schweinefleisch (2, 3) [i] Brennwert: 300 KJ / 72 kcal	grobe Bratwurst, Bratensoße [a, a1, a3, f, i], Warmer Kartoffelsalat mit Speck und Zwiebeln (2, 3) [j], Tomatensalat (3) [i] Brennwert: 430 KJ / 103 kcal	Geflügel-Fleischbällchen in Zitronengras-Koriandersoße [a, a1, a3, g], Salzkartoffeln, Farmersalat (2) [i] Brennwert: 599 KJ / 143 kcal	Knusprige Fischstäbchen [a, a1, d], Rahmspinat [g], Salzkartoffeln Brennwert: 456 KJ / 108 kcal	Graupeneintopf (2, 3) [a, a3, i], Kasseler gewürfelt Brennwert: 343 KJ / 82 kcal	Geschnetzeltes "Züricher Art" vom Schwein [g], Spiralnudeln [a, a1, c], Blattsalate mit French Dressing [c, i] Brennwert: 732 KJ / 175 kcal
Menü 2	Milde Käsespätzle [a, a1, c, g], Blattsalate mit Joghurt-Dressing [c, g, i, j] Brennwert: 515 KJ / 123 kcal	Hähnchen Cordon Bleu (2, 3) [a, a1, g], Bratensoße [a, a1, a3, f, i], Schwarzwurzeln in Rahm [a, a1, a3, g], Salzkartoffeln Brennwert: 445 KJ / 105 kcal	Chili con Carne vom Rind, Butterreis [g], Tomatensalat (3) [i] Brennwert: 503 KJ / 120 kcal	Apfelpfannkuchen [a, a1, c, g], Soße mit Vanillegeschmack [g] Brennwert: 528 KJ / 125 kcal	Gnocchi-Schinkenauflauf mit Käsesahne-Soße überbacken (2, 3) [c, g], Blattsalat mit Joghurtdressing [g] Brennwert: 712 KJ / 171 kcal	Herzhafte Gyrossuppe von Schwein [a, a1, a3, g] Brennwert: 322 KJ / 77 kcal	Omelette "Bauernschmaus" mit Röstkartoffeln, Zwiebeln und Speck <S> (3) [c, g], Blattsalate mit French Dressing [c, i] Brennwert: 557 KJ / 133 kcal
Dessert	Quarkspeise [g], mit Obstsalat (3) Brennwert: 509 KJ / 122 kcal	Grießpudding [a, a1, g] Brennwert: 574 KJ / 137 kcal	Clementine Brennwert: 192 KJ / 46 kcal	Fruchtjoghurt Heidelbeere [g] Brennwert: 440 KJ / 104 kcal	Creme Stracciatella [g] Brennwert: 539 KJ / 128 kcal	Karamell-Pudding [g] Brennwert: 553 KJ / 132 kcal	Vanille-Quarkspeise [g] Brennwert: 704 KJ / 168 kcal