

# Speiseplan "Haus am Park"

26.02.2024 - 03.03.2024

KW 9	Frühstück	Vollkost	leichte Vollkost	Salat & Nachtisch	Vesper	Abendbrot
Montag	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Vanille</b> N: 724.28 kcal F: 35.40 g GF: 17.44 g C: 77.25 g Z: 36.07 g P: 23.46 g S: 1.93 g B: 6.45 BE	<b>Schweineschnitzel paniert gebraten auf Rahmchampignons dazu Kartoffeln</b> N: 420.56 kcal F: 18.29 g GF: 3.91 g C: 33.96 g Z: 3.04 g P: 29.26 g S: 1.65 g B: 2.82 BE	<b>3 Marillenknoedel dazu Vanillesoße</b> N: 387.37 kcal F: 15.80 g GF: 5.18 g C: 55.70 g Z: 31.94 g P: 12.73 g S: 0.63 g B: 4.65 BE	<b>frisches Obst</b> N: 47.77 kcal F: 0.25 g GF: 0.07 g C: 10.36 g Z: 10.36 g P: 0.75 g S: 0.00 g B: 0.86 BE	<b>Kaffee, Obst, Tortenschnitte (Wechselnde Sorte)</b> N: 282.35 kcal F: 16.02 g GF: 9.36 g C: 30.11 g Z: 21.24 g P: 4.15 g S: 0.09 g B: 2.52 BE	<b>Aufschnitt Mo(1) Putenbrust, Jagdwurst, Salami, Leberwurst, Butterkäse, Tilsiter, Kräuterquark, Salatgurke</b> N: 501.87 kcal F: 29.59 g GF: 12.48 g C: 36.78 g Z: 4.23 g P: 21.95 g S: 2.91 g B: 3.07 BE
Dienstag	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe mit Grieß, Rührei</b> N: 842.53 kcal F: 42.22 g GF: 19.52 g C: 83.73 g Z: 37.50 g P: 31.23 g S: 2.06 g B: 6.99 BE	<b>Heringshappen in Dill - Sahnesoße (hausgemacht) dazu Kartoffeln</b> N: 482.97 kcal F: 31.17 g GF: 9.57 g C: 33.57 g Z: 5.87 g P: 16.79 g S: 7.10 g B: 2.80 BE	<b>Geflügelgrikassee mit feinem Gemüse, Reis</b> N: 631.26 kcal F: 33.05 g GF: 11.38 g C: 47.35 g Z: 7.66 g P: 36.01 g S: 0.52 g B: 3.94 BE	<b>Erdbeerkompott</b> N: 68.26 kcal F: 0.42 g GF: 0.03 g C: 14.66 g Z: 14.61 g P: 0.83 g S: 0.00 g B: 1.22 BE	<b>Kaffee, Kuchen (gefüllt)</b> N: 346.29 kcal F: 13.39 g GF: 8.44 g C: 50.19 g Z: 16.11 g P: 5.86 g S: 0.02 g B: 4.19 BE	<b>Geflügelbierschinken, Römerbraten, Salami, Zwiebelmett, Gouda, Maasdamer Gewürzgurke</b> N: 317.71 kcal F: 20.93 g GF: 10.38 g C: 18.48 g Z: 1.57 g P: 13.89 g S: 1.97 g B: 1.54 BE
Mittwoch	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Schoko</b> N: 724.28 kcal F: 35.40 g GF: 17.44 g C: 77.25 g Z: 36.07 g P: 23.46 g S: 1.93 g B: 6.45 BE	<b>Schinkennudeln mit Gorgonzola-Sahnesoße</b> N: 349.73 kcal F: 15.93 g GF: 7.48 g C: 30.13 g Z: 1.77 g P: 21.13 g S: 1.44 g B: 2.51 BE	<b>Putenbruststeak auf Geflügelsoße, Kaisergemüse, Kartoffeln</b> N: 462.39 kcal F: 16.97 g GF: 5.24 g C: 41.23 g Z: 8.02 g P: 35.01 g S: 3.21 g B: 3.43 BE	<b>süße Speise mit Joghurt</b> N: 101.50 kcal F: 2.09 g GF: 0.21 g C: 18.66 g Z: 13.98 g P: 1.50 g S: 1.09 g B: 1.55 BE	<b>Kaffee, Kuchen (Feingebäck), Obst</b> N: 198.33 kcal F: 2.81 g GF: 1.25 g C: 35.36 g Z: 5.18 g P: 7.18 g S: 0.49 g B: 2.95 BE	<b>Huhn in Aspik, Bierwurst, Salami, Gurkenleberwurst, Tilsiter, Gouda, Salatgurke, Brathering</b> N: 586.14 kcal F: 38.29 g GF: 16.44 g C: 37.64 g Z: 4.34 g P: 23.09 g S: 3.00 g B: 3.14 BE
Donnerstag	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Mandel</b> N: 724.28 kcal F: 35.40 g GF: 17.44 g C: 77.25 g Z: 36.07 g P: 23.46 g S: 1.93 g B: 6.45 BE	<b>Schweinefleisch süß sauer mit Gemüsestreifen (asiatische Art) dazu Nudeln</b> N: 442.54 kcal F: 20.63 g GF: 5.59 g C: 39.44 g Z: 6.10 g P: 24.46 g S: 2.72 g B: 3.28 BE	<b>Karotten Ingwer Rahmsuppe Brot</b> N: 361.75 kcal F: 16.23 g GF: 6.60 g C: 45.22 g Z: 15.08 g P: 8.35 g S: 1.41 g B: 3.74 BE	<b>frisches Obst</b> N: 34.75 kcal F: 0.14 g GF: 0.03 g C: 7.62 g Z: 7.57 g P: 0.34 g S: 0.00 g B: 0.64 BE	<b>Obstsandkuchen, Kaffee</b> N: 196.04 kcal F: 7.98 g GF: 4.66 g C: 27.30 g Z: 15.58 g P: 3.53 g S: 0.11 g B: 2.28 BE	<b>Rotwurst, Putenbrust, Zwiebelmett, Emmentaler, Edamer, Kartoffelkroketten (Ecken) dazu Kräuterquark</b> N: 677.28 kcal F: 34.07 g GF: 16.50 g C: 37.63 g Z: 4.16 g P: 17.45 g S: 3.60 g B: 3.14 BE
Freitag	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe mit Grieß</b> N: 754.92 kcal F: 35.55 g GF: 17.46 g C: 82.45 g Z: 36.24 g P: 25.47 g S: 1.93 g B: 6.88 BE	<b>Wirsingkohleintopf mit Schweinefleisch</b> N: 316.83 kcal F: 7.90 g GF: 1.79 g C: 42.81 g Z: 5.18 g P: 17.79 g S: 2.47 g B: 3.57 BE	<b>Pangasiusfilet mit Gartenkräutern auf Gemüse gedämpft, Senf-Dillssoße dazu Kartoffeln</b> N: 387.47 kcal F: 17.31 g GF: 6.13 g C: 36.50 g Z: 6.78 g P: 20.46 g S: 4.35 g B: 3.04 BE	<b>Pflaumenkompott</b> N: 75.64 kcal F: 0.10 g GF: 0.01 g C: 18.23 g Z: 17.18 g P: 0.32 g S: 0.00 g B: 1.52 BE	<b>Kaffee, Käsekuchen (wechselnde Sorte)</b> N: 223.26 kcal F: 11.04 g GF: 6.40 g C: 23.15 g Z: 12.08 g P: 7.36 g S: 0.10 g B: 1.94 BE	<b>Brokkolipastete, Frühstücksfleisch, Leberwurst, Edamer, Butterkäse, Hirtensalat</b> N: 533.35 kcal F: 34.81 g GF: 16.50 g C: 37.63 g Z: 4.16 g P: 17.45 g S: 3.60 g B: 3.14 BE
Samstag	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Erdbeer</b> N: 724.28 kcal F: 35.40 g GF: 17.44 g C: 77.25 g Z: 36.07 g P: 23.46 g S: 1.93 g B: 6.45 BE	<b>Brühnudeln mit Hühnerfleisch</b> N: 229.69 kcal F: 8.69 g GF: 1.96 g C: 20.96 g Z: 6.74 g P: 16.50 g S: 3.28 g B: 1.74 BE	<b>siehe Vollkost</b> N: 229.69 kcal F: 8.69 g GF: 1.96 g C: 20.96 g Z: 6.74 g P: 16.50 g S: 3.28 g B: 1.74 BE	<b>Vanillepudding mit Schokosoße</b> N: 141.22 kcal F: 5.14 g GF: 0.53 g C: 17.81 g Z: 13.89 g P: 5.49 g S: 1.06 g B: 1.49 BE	<b>Kaffee &amp; Rührkuchen (verschieden), Obst</b> N: 255.51 kcal F: 14.42 g GF: 8.77 g C: 28.18 g Z: 15.82 g P: 3.25 g S: 0.06 g B: 2.36 BE	<b>Kochschinken, imitierte Wildpastete, Champignonpastete, Leberwurst, Landkäse, Emmentaler, Weichkäse 55%, Tomate, Fischkonserve</b> N: 554.79 kcal F: 35.47 g GF: 16.61 g C: 35.50 g Z: 2.36 g P: 23.70 g S: 2.11 g B: 2.96 BE
Sonntag	<b>Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Karamell, 1 Ei</b> N: 835.05 kcal F: 41.00 g GF: 19.05 g C: 83.35 g Z: 37.13 g P: 32.42 g S: 2.10 g B: 6.96 BE	<b>Kaninchenragout dazu Apfelrotkohl, Kartoffeln</b> N: 432.51 kcal F: 15.47 g GF: 3.84 g C: 41.77 g Z: 9.73 g P: 30.44 g S: 3.05 g B: 3.48 BE	<b>Kaninchenragout dazu, Brokkoli, Kartoffeln</b> N: 448.02 kcal F: 18.02 g GF: 6.00 g C: 37.08 g Z: 7.39 g P: 33.40 g S: 4.20 g B: 3.09 BE	<b>frisches Obst</b> N: 36.54 kcal F: 0.03 g GF: 0.12 g C: 8.61 g Z: 6.19 g P: 0.20 g S: 0.00 g B: 0.72 BE	<b>Kaffee &amp; Tortenschnitte (wechselnde Sorten)</b> N: 245.81 kcal F: 15.99 g GF: 9.24 g C: 21.50 g Z: 15.05 g P: 3.94 g S: 0.09 g B: 1.80 BE	<b>Kasselerbraten, Lachsschinken, Paprikalyoner, Zwiebelmett, Maasdamer, Landkäse, Paprika, Räucherfisch</b> N: 510.69 kcal F: 31.90 g GF: 14.51 g C: 35.76 g Z: 2.55 g P: 20.38 g S: 3.06 g B: 2.98 BE

Nährwertangaben pro Portion N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit