

Speiseplan "Haus am Park"

05.06.2023 - 11.06.2023

KW 23	Frühstück	Vollkost	leichte Vollkost	auf Wunsch	Salat & Nachtisch	Vesper	Abendbrot
Montag	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Vanille 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	Boulette dazu Stampfkartoffeln mit braunen Zwiebeln, Gurkensalat N: 462.45 kcal F: 24.76 g GF: 8.51 g C: 36.19 g Z: 9.12 g P: 22.94 g S: 4.19 g B: 3.02 BE	2-3 Hefeklöße mit Blaubeersöße N: 429.84 kcal F: 11.48 g GF: 8.63 g C: 72.53 g Z: 21.83 g P: 8.26 g S: 0.17 g B: 6.04 BE		kleines Eis N: 82.25 kcal F: 4.68 g GF: 2.76 g C: 8.39 g Z: 8.39 g P: 1.58 g S: 0.06 g B: 0.70 BE	Kaffee, Gebäck, süße Speise mit Joghurt (Becher) N: 387.24 kcal F: 14.44 g GF: 7.81 g C: 57.72 g Z: 33.78 g P: 5.87 g S: 1.14 g B: 4.82 BE	Aufschnitt Mo(2.4) Schinkenspeck, Geflügeljagdwurst, Lyoner, Salami, Leberwurst, Edamer, Tilsiter, Frischkäse mit Tomate & Basilikum, Tomate N: 524.80 kcal F: 33.59 g GF: 17.03 g C: 38.55 g Z: 5.93 g P: 17.23 g S: 1.63 g B: 3.21 BE
Dienstag	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe mit Grieß, Rührei 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	Nudelauflauf vegetarisch dazu Tomatensoße N: 654.65 kcal F: 22.69 g GF: 8.34 g C: 85.27 g Z: 10.17 g P: 25.96 g S: 2.23 g B: 7.10 BE	Hähnchenfleisch nach Indischer Art geschmort in Soße (Tomate, Karotte, Ingwer, Koriander, Kreuzkümmel, Kurkuma) Ananas, Kokosmilch, Rosinen, Mandeln dazu Reis N: 441.36 kcal F: 14.80 g GF: 4.95 g C: 49.23 g Z: 14.16 g P: 26.90 g S: 0.36 g B: 4.10 BE		Obst 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	Kaffee, Kuchen (gefüllt), Obst N: 353.45 kcal F: 13.41 g GF: 8.44 g C: 51.80 g Z: 17.50 g P: 5.95 g S: 0.02 g B: 4.32 BE	Geflügelbierschinken, Römerbraten, Zwiebelmett, Gouda, Maasdamer, Harzer dazu Apfel-Zwiebelschmalz, Salatgurke N: 377.50 kcal F: 28.38 g GF: 12.13 g C: 18.59 g Z: 1.69 g P: 12.38 g S: 1.27 g B: 1.55 BE
Mittwoch	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Schoko 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	gekochtes gepökeltes Rindfleisch in Meerrettichsoße, Buttermöhren, Kartoffeln N: 381.48 kcal F: 18.11 g GF: 6.92 g C: 30.94 g Z: 5.66 g P: 23.02 g S: 5.99 g B: 2.58 BE	Weißkäse dazu Kartoffeln auf Wunsch mit Leinöl & Lauchzwiebel, N: 326.37 kcal F: 13.00 g GF: 2.54 g C: 31.01 g Z: 7.93 g P: 19.82 g S: 1.14 g B: 2.59 BE	gepökelte Rinderzunge mit Meerrettichsoße, Buttermöhren, Salzkartoffeln N: 524.06 kcal F: 31.35 g GF: 12.83 g C: 40.44 g Z: 11.12 g P: 19.69 g S: 2.42 g B: 3.35 BE	Apfelmus N: 80.73 kcal F: 0.11 g GF: 0.04 g C: 19.21 g Z: 18.38 g P: 0.24 g S: 0.01 g B: 1.60 BE	Kaffee, Kuchen (Feingebäck), Obst 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	Huhn in Aspik, Bierwurst, Gurkenleberwurst, Tilsiter, Gouda, Paprika, Heringssalat mit roter Beete N: 603.93 kcal F: 41.27 g GF: 19.03 g C: 36.58 g Z: 3.93 g P: 22.03 g S: 3.85 g B: 3.05 BE
Donnerstag	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Mandel 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	Kartoffelpuffer (3 St) dazu Apfelmus N: 607.03 kcal F: 28.40 g GF: 3.18 g C: 76.03 g Z: 24.71 g P: 10.62 g S: 1.09 g B: 6.34 BE	Putengeschnetzeltes Beelitzer Art, Reis N: 320.73 kcal F: 6.46 g GF: 2.47 g C: 39.81 g Z: 2.57 g P: 24.90 g S: 0.48 g B: 3.32 BE	Kartoffeln zum Geschnetzelten N: 108.37 kcal F: 0.03 g GF: 0.01 g C: 23.69 g Z: 1.06 g P: 2.50 g S: 1.00 g B: 1.98 BE	süße Speise mit Frucht & Joghurt N: 108.39 kcal F: 3.14 g GF: 0.30 g C: 18.70 g Z: 14.09 g P: 0.89 g S: 0.07 g B: 1.56 BE	Obstsandkuchen, Kaffee 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	Rotwurst, Putenbrust, Zwiebelmett, Emmentaler, Edamer, Salatgurke, Currysalat N: 509.17 kcal F: 30.60 g GF: 13.73 g C: 39.41 g Z: 6.75 g P: 19.01 g S: 3.08 g B: 3.29 BE
Freitag	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe mit Grieß 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	Soljanka mit saurer Sahne & Brot N: 459.08 kcal F: 25.35 g GF: 10.85 g C: 37.86 g Z: 8.53 g P: 19.62 g S: 3.93 g B: 3.15 BE	Fischfilet gedünstet Kräutersoße, rote Betesalat, Kartoffeln N: 335.60 kcal F: 12.36 g GF: 3.86 g C: 35.98 g Z: 11.03 g P: 18.74 g S: 1.69 g B: 3.00 BE	Fischfilet gebraten, Kräutersoße, rote Betesalat, Kartoffeln N: 449.13 kcal F: 17.26 g GF: 4.30 g C: 48.98 g Z: 10.55 g P: 22.84 g S: 2.66 g B: 4.08 BE	Erdbeerkompott 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	Kaffee, Käsekuchen (wechselnde Sorte), Obst N: 230.43 kcal F: 11.05 g GF: 6.40 g C: 24.75 g Z: 13.46 g P: 7.45 g S: 0.10 g B: 2.07 BE	Frühstücksfleisch, Leberwurst, Butterkäse, Gewürzgurke, Nudelsalat dazu Wiener oder Buletten mit Senf N: 743.07 kcal F: 47.06 g GF: 21.08 g C: 50.02 g Z: 7.90 g P: 29.80 g S: 5.31 g B: 4.17 BE
Samstag	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Erdbeer 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	Kartoffelsuppe mit Würstchen	siehe Vollkost N: 364.84 kcal F: 17.57 g GF: 5.60 g C: 38.56 g Z: 5.67 g P: 12.25 g S: 1.89 g B: 3.22 BE		kleines Eis N: 82.25 kcal F: 4.68 g GF: 2.76 g C: 8.39 g Z: 8.39 g P: 1.58 g S: 0.06 g B: 0.70 BE	Kaffee & Rührkuchen (verschieden), Obst 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	Kochschinken, Wild- und Champignonpastete, Leberwurst, Landkäse, Emmentaler, Tomate, Fischkonserve N: 520.64 kcal F: 32.68 g GF: 14.99 g C: 35.49 g Z: 2.35 g P: 21.44 g S: 1.95 g B: 2.96 BE
Sonntag	Wurst, Käse, Backwaren, Butter, Margarine, Konfitüre, auf Wunsch süße Milchsuppe Karamell, 1 Ei 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	gemischter Gulasch dazu Rotkohl, Kartoffeln N: 493.10 kcal F: 22.17 g GF: 7.19 g C: 43.35 g Z: 15.14 g P: 29.13 g S: 1.38 g B: 3.61 BE	gemischter Gulasch dazu Karottengemüse, Kartoffeln N: 493.45 kcal F: 25.69 g GF: 10.95 g C: 35.46 g Z: 7.81 g P: 29.60 g S: 1.40 g B: 2.94 BE		Obst N: 79.61 kcal F: 1.20 g GF: 0.24 g C: 15.14 g Z: 12.51 g P: 1.58 g S: 1.00 g B: 1.27 BE	Kaffee & Tortenschnitte (wechselnde Sorte) 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	Kasselerbraten, Lachsschinken, Paprikalyoner, Zwiebelmett, Maasdamer, Landkäse, Paprika, Räucherfisch 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