

Mittagstisch für Senioren

vom 29.06.2026 bis zum 05.07.2026

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vorspeise	Gemüsesuppe kcal 77 F 3,5 E 1,51 KH 9,73, Z8, 01, 011, 09	Flädlesuppe kcal 25 F 1,25 E 0,64 KH 2,63, 01, 011, 03, 07, 09	Grießsuppe kcal 79 F 3,18 E 2,05 KH 10,03, 01, 011, 07	Kressesuppe kcal 45 F 2,52 E 0,65 KH 5,05, Z24, 01, 011, 07	Fadennudelsuppe kcal 3 F 0,01 E 0,12 KH 0,47, 09		Bärlauchsuppe kcal 6 F 0,11 E 0,02 KH 1,05, 01,011, 07
Menü 1 Vollkost	Hausmacher Wurst dazu Pellkartoffeln Kräuterquark und Gurke Z1, Z2, Z5A, Z8, Z11, Z24, 06, kcal 178 F 13,31 E 6,27 KH 7,07,10,12	Bratwurst mit Leipziger Allerlei und Risoleekartoffeln Z2, Z4, Z8, Z11, Z14, 01, kcal 106 F 6.48 E 4.02 KH 7.55, 011,07,12	Hühnerfrikassee dazu Markerbsen und Butterreis kcal 112 F 3.66 E 8.01 KH 11.1, 01, 011	Nudel - Gratin mit Schinken dazu Chinakohlsalat Z2, Z5A, 01, 011, 06, 07, 10, kcal 132 F 4.68 E 3.46 KH 11.03, 12	Fischstäbchen dazu Rahmspinat und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 96 F 3.96 E 3.99 KH 5.77	Grüner Bohneneintopf mit gewolftem Fleisch dazu ein Brötchen 014, 015, 016, 09, 11, 12 Z8, z24, 01, 011, 012,013 kcal 86 F 2.1E 2.65 KH 5.76	Rinderroulade dazu Rotkraut und Semmelknödel Z1, Z2, Z5A, Z11, Z24, 01, 011, kcal 120 F 2.69 E 5.39 KH 5.33, 03,07, 10
Menü 2 Schonkost	Hausmacher Wurst dazu Pellkartoffeln Kräuterquark und Gurke Z1, Z2, Z5, Z5A, Z8, Z11, Z24, kcal 178 F 13,31 E 6,27 KH 8 7,07,10,12	Bratwurst mit Sommergemüse und Risoleekartoffeln Z2, Z4, Z8, Z11, Z14, 01, kcal 101 F 6.03 E 3.77 KH 7.38, 011, 07, 12	Hühnerfrikassee ZucchiniGemüse und Butterreis 01, 011 kcal 99 F 3.67 E 6.7 KH 8.93	Nudel - Gratin mit Schinken dazu Chinakohlsalat Z2, Z5A, 01, 011, 06, 07, 10, kcal 132 F 6.88 E 5.49 KH 11.17, 12	Fischstäbchen dazu Rahmspinat und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 96 F 3.96 E 3.99 KH 5.77	Kartoffeleintopf mit gewolftem Fleisch dazu ein Brötchen Z2, Z8, Z11, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 03, 06, kcal 75 F 3.97 E 2.6 KH 6.61, 07, 09, 11, 12	Rinderroulade dazu Fingermöhrrchen und Semmelknödel Z1, Z2, Z14, 01, 011, 012, 013, 014, 015, 03, 06, 07, 09, 10 kcal 115 F 2.52 E 6.87 KH 15.59
Menü 3 Pürierte Kost	Wurstbrät dazu Püreeklößchen und Kräuterquark Z1, Z2, Z5, Z5A, Z11, Z24, 06, kcal 154 F 13,52 E 5,89 KH 2,4, 07, 10	Bratwurstbrät auf Gemüseemus dazu Püreeerossen Z2, Z11, Z14, Z24, 01, 011, kcal 80 F 5.89 E 3.36 KH 2.98, 07	Putenklößchen Gemüsenocken und Püreeschleifche Z24, 01, 011, 07 kcal 74 F 3.89 E 4.47 KH 4.91	Nudel - Gratin mit Schinken dazu eine Salatterrine Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12, 16 kcal 125 F 6,34 E 5,71 KH 10,6	Gedünstetes Fischfilet auf Spinat Spiegel dazu Püree klößchen Z24, 01, 011, 04, 07 kcal 79 F 3,58 E 3,67 KH 5,43	Pürierter Kartoffeleintopf mit Fleischeinlage und Gemüse Z8, Z24, 09, 12 kcal 75 F 2.12 E 2.38 KH 3.98	Rindfleischterrinen dazu Püreehäubchen und Gemüseklöpse Z1, Z2, Z14, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 015,03,06,07,09, 10 kcal 110 F 2,24 E 4,36 KH 3,74
Dessert	Frisches Obst kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	Rote Grütze kcal 17 F 0,24 E 0,04 KH 3,53, Z24	Geleedessert kcal 69 F 1,95 E 0,18 KH 12,59, Z24,	Vanillepudding kcal 75 F 1,39 E 3,13 KH 12,38, 07	Bayrisch Creme kcal 146 F 7,96 E 4,03 KH 13,98, 06, 07	Kuchen kcal 522 F 35 E 5,4 KH 47, 01, 03, 05, 07, 08, 13	Eis mit Himbeeren kcal 154 F 4,53 E 1,68 KH 25,39, Z24, 03, 07, 08

Die Legende der Allergene/Zusatzstoffe ist in den Einrichtungen hinterlegt und auf unserer Homepage abrufbar: www.hauswaldeck-griesheim.de/download/Uebersicht_Allergene_Zusatzstoffe.pdf
Nährwertangaben je 100 g: kcal (Kilokalorien) F (Fett) E (Eiweiß) KH Kohlenhydrate