Mittagstisch für Senioren

vom 02.11.2026 bis zum 08.11.2026

Haus Waldeck
Leben und Wohnen im Alter

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vorspeise	**Kürbissuppe** kcal 51 F 1,68 E 1,14 KH 7,4, Z8, 01, 011, 12	**Nudelsuppe** kcal 3 F 0,01 E 0,12 KH 0,47, 09	**Tomatensuppe** kcal 15 F 0,16 E 0,34 KH 2,9, 01, 011, 07, 09	**Haferflockensuppe** kcal 57 F 3,39 E 1,22 KH 5,06, 01, 07	**Flädlesuppe** kcal 25 F 1,25 E 0,64 KH 2,63, 01, 011, 03, 07, 09		**Eierstichsuppe** kcal 19 F 1 E 1,29 KH 1,03, 03, 07, 09
Menü 1 Vollkost	**Hähnchenschenkel** dazu Bratkartoffeln und Krautsalat Z1, Z14, Z24, 01, 011 kcal 121 F 6.2 E 5.98 KH 7.08	**Bratwurst** an Wirsinggemüse und Kartoffelpüree Z2, Z11, Z14, Z24, 01, kcal 108 F 7.84 E 4.09 KH 3.15, 011, 07	**Zürcher Geschnetzeltes** dazu Leipziger Allerlei und Maccaroni Chips Z2, Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 118 F 1.55 E 5.14 KH 4.01	**Nudelauflauf** mit Hackfleischsoße dazu Gurkensalat Z2, Z3, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 107 F 4.21 E 4.82 KH 11.76	**Fischfilet Pomodoro** mit Balkangemüse und Butterreis 01, 011, 02, 03, 04, 06, kcal 98 F 2.69 E 4.19 KH 11.47, 07, 09, 10, 14	**Gemüseeintopf** gewolftem Fleisch dazu ein Brötchen Z8, Z24, 09, 12 kcal 78 F 0.46 E 0.76 KH 3.1	**Rindfleisch mit Meerrettich** Petersilienkartoffeln und Rote Beete Salat Z2, Z5, Z8, Z24, 01, 011, 12 kcal 80 F 4,66 E 4,62 KH 4,57
Menü 2 Schonkost	**Hähnchenschenkel** dazu Bratkartoffeln und Krautsalat 0 Z1, Z14, Z24, 01, 01113,44, kcal 121 F 6.2 E 5.98 KH 7.08	**Bratwurst** Schonkostgemüse und Kartoffelpüree Z2, Z11, Z14, Z24, 01, kcal 98 F 5.4 E 3.04 KH 3.35, 011, 07	**Zürcher Geschnetzeltes** dazu buntes Gemüse und Maccaroni Chips Z2, Z24, 01, 011, 03, 07, 09 kcal 108 F 1.88 E 6.71 KH 12.3	**Nudelauflauf** und Hackfleischsoße dazu bunter Blattsalat Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 107 F 4.46 E 4.78 KH 11.47	**Fischfilet Pomodoro** mit Karottengemüse und Butterreis 01, 011, 02, 03, 04, 06, kcal 95 F 2.69 E 4.19 KH 11.47, 07, 09, 10, 14	**Gemüseeintopf** gewolftem Fleisch dazu ein Brötchen Z8, Z24, 01, 011, 012, 013, 014, 015, 016, 09, 11, kcal 78 F 0.17 E 1.2 KH 8.07, 12	**Rindfleisch mit Meerrettich** Petersilienkartoffeln und Rote Beete Salat Z2, Z5, Z8, Z24, 01, 011, 12 kcal 80 F 4,66 E 4,62 KH 4,57
Menü 3 Pürierte Kost	**Grießbreiklops** auf Kirschmuss mit Zimt und Zucker kcal 86 F 0,96 E 2,66 KH 13,41, 01, 011, 07	**Bratwurstbrät** mit Gemüseterrine dazu Püreerosetten Z2, Z11, Z14, Z24, 01, kcal 98 F 5.89 E 3.36 KH 2.98, 011, 07	**Fleischklößchen** mit Gemüseschleifen und Püreenocken Z2, Z24, 01, 011, 07, 09 kcal 108 F 1.48 E 6.18 KH 2.07	**Nudelauflauf** an Fleischsoße bunte Salatterrine Z2, 01, 011, 03, 06, 07, 12 kcal 100 F 5,21 E 4,92 KH 10,7	**Fischfilet** mit Gemüserosetten und Kartoffelpüree Z24, 01, 011, 02, 03, 04, kcal 95 F 2.07 E 2.87 KH 5.89, 06, 07, 09, 10, 14	**Gemüseeintopf** mit Fleischeinlage Z8, Z24, 09, 12 kcal 78 F 2.68 E 2.39 KH 3.21	**Rindfleisch** an Meerrettichsoße dazu Püreehäubchen und Rote Beete Salat Z2, Z5, Z24, 01, 011, 07, 12 kcal 69 F 4,79 E 4,49 KH 1,91
Dessert	**Frisches Obst** kcal 52 F 0,3 E 0,5 KH 12,4	**Geleedessert** kcal 69 F 1,95 E 0,18 KH 12,62, Z4, Z24	**Schokocreme** kcal 103 F 6,81 E 3,26 KH 6,48, 06, 07	**Nektarinenpudding** kcal 73 F 1,39 E 3,15 KH 11,98, 07	**Apfeljoghurt** kcal 79 F 0,53 E 0,54 KH 18,37, Z2	**Kuchen** kcal 483 F 21 E 5,6 KH 66,01, 011, 03, 06,07	**Eis** kcal 172 F 6,5 E 2,1 KH 26,1, 05, 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