

Guten Appetit



Speisekarte – Woche 1 Marienhaus Klinikum Eifel, Standort Gerolstein

Gültig für Kalenderwochen: 18, 21, 24, 27, 30, 33, 36, 39, 42, 45, 48, 51

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Suppe	Karottencremesuppe O, D, Z, A	Gärtnersuppe O, D, Z, A	Blumenkohlcremesuppe O, D, Z, A	Hühnersuppe mit Einlage O, D, Z, A	Tomatencremesuppe O, D, Z, A	Rindfleischsuppe mit Nudeln O, D, Z, A	Champignoncremesuppe O, D, Z, A
Vollkost	Frikadellen an dunkler Sauce und Kartoffel-Lauchgemüse 3, a, c, f, k, l 1604 kJ / 383 kc / Fett 24,2 g / davon ges. Fettsäuren 9,7 g / KH 19,7 g / davon Zucker 4,7 g / Eiweiß 21,7 g / Salz 3,7 g	Rinderbraten, Bratensauce, Salzkartoffeln und Blumenkohl mit Béchamelsauce f, k 1541 kJ / 366 kc / Fett 19,3 g / davon ges. Fettsäuren 7,3 g / KH 30,7 g / davon Zucker 6,3 g / Eiweiß 14,6 g / Salz 4,5 g	Schweineschnitzel mit Champignonrahmsauce und Salzkartoffeln a, c, f, l 1808 kJ / 431 kc / Fett 21,4 g / davon ges. Fettsäuren 7,3 g / KH 33,8 g / davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 21,8 g / Salz 1,9 g	Kasselerlachs mit Sauce, Sauerkraut und Püree 2, 4, 5, f, k 1248 kJ / 298 kc / Fett 9,9 g / davon ges. Fettsäuren 4,1 g / KH 26 g / davon Zucker 9,8 g / Eiweiß 24,5 g / Salz 6,6 g	Seelachsfilet mit Remoulade, Salzkartoffeln und Salat a, b, c, f, l 1187 kJ / 282 kc / Fett 27,6 g / davon ges. Fettsäuren 3 g / KH 35,3 g / davon Zucker 3,8 g / Eiweiß 17,1 g / Salz 2,3 g	Spaghetti mit Putenbolognaise und Salat c, k 899 kJ / 214 kc / Fett 4,5 g / davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 32,7 g / davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 10 g / Salz 2 g	Schweinerückenbraten mit Sauce, Brokkoli und Salzkartoffeln k, l 1332 kJ / 318 kc / Fett 15,5 g / davon ges. Fettsäuren 4,8 g / KH 24,8 g / davon Zucker 6 g / Eiweiß 18,9 g / Salz 3,5 g
LVK	Putensteak mit Jus, Kartoffelpüree und Karotten f 1524 kJ / 365 kc / Fett 19,4 g / davon ges. Fettsäuren 4,9 g / KH 24,3 g / davon Zucker 9,7 g / Eiweiß 22,5 g / Salz 4,5 g	Hähnchenkeule mit Geflügelsauce, Langkornreis und buntem Gemüse 2037 kJ / 488 kc / Fett 19 g / davon ges. Fettsäuren 4,2 g / KH 50,6 g / davon Zucker 5,4 g / Eiweiß 28 g / Salz 3,9 g	Doradenfilet an heller Sauce, Reis und Brokkoli b, m 2184 kJ / 523 kc / Fett 26,1 g / davon ges. Fettsäuren 6,6 g / KH 42,3 g / davon Zucker 3,5 g / Eiweiß 28,1 g / Salz 3,2 g	Rindergulasch mit Spirelli und Salat c, l 1130 kJ / 270 kc / Fett 7,5 g / davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 37,4 g / davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 12,8 g / Salz 2,6 g	Hähnchenbrust, Sauce, Salzkartoffeln und Marktgemüse 1104 kJ / 264 kc / Fett 5,1 g / davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 26,1 g / davon Zucker 6,8 g / Eiweiß 27,9 g / Salz 1,8 g	Eintopf Quer durch den Gemüsegarten mit Geflügelwiener 2, 5 1113 kJ / 268 kc / Fett 20,4 g / davon ges. Fettsäuren 7,7 g / KH 7,3 g / davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 13,7 g / Salz 3 g	Hähnchenbrust mit Jus, Zucchini-Tomatengemüse und Kartoffelpüree f 1272 kJ / 305 kc / Fett 11,2 g / davon ges. Fettsäuren 4,2 g / KH 24,3 g / davon Zucker 7,4 g / Eiweiß 27,6 g / Salz 3,6 g
Vegetarisch	Wirsingroulade, Bechamel und Kartoffelpüree f, k 873 kJ / 209 kc / Fett 11,4 g / davon ges. Fettsäuren 5,2 g / KH 20,6 g / davon Zucker 6,8 g / Eiweiß 5,5 g / Salz 2,4 g	Kartoffel-Brokkoli-Auflauf mit buntem Rahmgemüse f 950 kJ / 227 kc / Fett 17,4 g / davon ges. Fettsäuren 10,4 g / KH 12,2 g / davon Zucker 6 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 2,4 g	Käsespätzle-Pfanne und Salat 3, a, d, f 1239 kJ / 296 kc / Fett 19,3 g / davon ges. Fettsäuren 11,3 g / KH 21,2 g / davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 9,6 g / Salz 2,8 g	Rührei mit Rahmspinat und Salzkartoffeln a, f, k 1437 kJ / 344 kc / Fett 19,5 g / davon ges. Fettsäuren 8,2 g / KH 22,9 g / davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 15,4 g / Salz 2,5 g	Gefüllte Gnocchi mit Ricotta an Spinatsauce 4, f 1037 kJ / 248 kc / Fett 10,9 g / davon ges. Fettsäuren 5,6 g / KH 32 g / davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 2,6 g	Vegetarischer Gemüseeintopf 196 kJ / 47 kc / Fett 1,9 g / davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 6,3 g / davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 1 g / Salz 1 g	Gemüseburger-Bratling mit Sauce und Salzkartoffeln f, k, m 1718 kJ / 409 kc / Fett 20,3 g / davon ges. Fettsäuren 5,7 g / KH 46,2 g / davon Zucker 3,8 g / Eiweiß 7,2 g / Salz 2,8 g

Zusätze: 1: mit Antioxidationsmittel, 2: mit Farbstoff, 3: mit Konservierungsstoff, 4: mit Phosphat

O, D, Z, A = ohne deklarationspflichtigen Zusatzstoffe und Allergene

Allergene: a: Eier und Erzeugnisse daraus, b: Fische und Erzeugnisse daraus, c: Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse daraus (Gerste), d: Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse daraus (Weizen), e: Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse daraus (Weizen, Dinkel), f: Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse daraus (Weizen, Gerste), g: Glutenhaltiges Getreide und Erzeugnisse daraus (Weizen, Hafer), h: Milch inkl. Lactose und Erzeugnisse daraus, i:

Milch und Erzeugnisse daraus, k: Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus (Walnuss) l: Schwefeldioxid, Sulfite (> 10 mg/kg, 10 mg/l) m: Sellerie und Erzeugnisse daraus, n: Senf und Erzeugnisse daraus, o: Sojabohnen und Erzeugnisse daraus