

Guten Appetit



Speisekarte – Woche 3 Marienhaus Klinikum Eifel, Standort Gerolstein

Gültig für die Kalenderwochen: 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50

	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	Putenschnitzel paniert, Zigeunersauce und Salzkartoffeln mit buntem Gemüse a, c, l 2099 kJ / 500 kc / Fett 23 g / davon ges. Fettsäuren 2.7 g / KH 49.2 g / davon Zucker 10 g / Eiweiß 20.5 g / Salz 3.2 g	Kalbsfrikadelle mit brauner Sauce, Schwarzwurzelgemüse, Kartoffelpüree 3, a, c, f, g, k, l 1418 kJ / 340 kc / Fett 17.2 g / davon ges. Fettsäuren 7.8 g / KH 28.7 g / davon Zucker 6.7 g / Eiweiß 16.9 g / Salz 4.1 g	Tortelloni mit Ricotta und Spinat und Carbonarasauce 1, 2, 3, 4, a, d, h, m 1446 kJ / 345 kc / Fett 16.2 g / davon ges. Fettsäuren 7.3 g / KH 37.1 g / davon Zucker 4.6 g / Eiweiß 12.5 g / Salz 2.7 g	Leberkäse, Zwiebelsauce, Püree und Kohlrabi 2, 4, 5, c, f, l 2026 kJ / 486 kc / Fett 35.4 g / davon ges. Fettsäuren 12.8 g / KH 25.1 g / davon Zucker 9.3 g / Eiweiß 16.5 g / Salz 6.4 g	Schlemmerfilet Bordelaise mit leichter Senfsauce, Kartoffeln und Gurkensalat a, b, c, f, i, l 1933 kJ / 463 kc / Fett 29.2 g / davon ges. Fettsäuren 5.2 g / KH 32.8 g / davon Zucker 8.1 g / Eiweiß 14 g / Salz 3.9 g	Schweinegeschnetzeltes, Makkaroni und Gemüse c, f, k 1243 kJ / 297 kc / Fett 12.2 g / davon ges. Fettsäuren 2.3 g / KH 33.4 g / davon Zucker 7.2 g / Eiweiß 13 g / Salz 2 g	Rinderbraten, Sauce, Blumenkohl und Kartoffelklöße c, f, k 1648 kJ / 393 kc / Fett 20.3 g / davon ges. Fettsäuren 5.6 g / KH 37.3 g / davon Zucker 5.5 g / Eiweiß 15.5 g / Salz 3.4 g
LVK	Schweinebraten, Sauce, Möhren und Kartoffelpüree f, k, l 1436 kJ / 343 kc / Fett 20.6 g / davon ges. Fettsäuren 7.5 g / KH 23.3 g / davon Zucker 4.2 g / Eiweiß 16 g / Salz 4.6 g	Seelachs, Dillsauce, Kartoffeln und Gemüse b, f 1150 kJ / 274 kc / Fett 9.9 g / davon ges. Fettsäuren 3.5 g / KH 23.1 g / davon Zucker 5.2 g / Eiweiß 19.5 g / Salz 3.2 g	Hähnchenkeule, Sauce, Tomatenreis und Blattsalat 1314 kJ / 315 kc / Fett 15.4 g / davon ges. Fettsäuren 3.9 g / KH 22 g / davon Zucker 3.8 g / Eiweiß 21.9 g / Salz 3.6 g	Kalbsbraten mit Sauce, Penne und Brokkoli c, k 1556 kJ / 372 kc / Fett 9.8 g / davon ges. Fettsäuren 1.7 g / KH 47.9 g / davon Zucker 6.3 g / Eiweiß 22.3 g / Salz 3.8 g	Spirelli mit Putenbolognaise und buntem Gemüse c, k 1397 kJ / 333 kc / Fett 8.8 g / davon ges. Fettsäuren 1.2 g / KH 47.9 g / davon Zucker 7.1 g / Eiweiß 14.5 g / Salz 3.3 g	Kartoffeleintopf mit Geflügelwienener 2, 5, f, k 1159 kJ / 279 kc / Fett 21.6 g / davon ges. Fettsäuren 8.1 g / KH 7.3 g / davon Zucker 1.8 g / Eiweiß 13.6 g / Salz 2.3 g	Putenbrustbraten mit Sauce, Kartoffelknödel und Blumenkohl c, f 1498 kJ / 358 kc / Fett 16.5 g / davon ges. Fettsäuren 4.7 g / KH 36.2 g / davon Zucker 5.1 g / Eiweiß 15.8 g / Salz 3.1 g
Vegetarisch	Vegetarische Maultaschen mit Gartengemüse und Petersilienbutter a, c, f, k, m 675 kJ / 161 kc / Fett 7.8 g / davon ges. Fettsäuren 1.7 g / KH 17.6 g / davon Zucker 2.8 g / Eiweiß 5.1 g / Salz 1.3 g	Veganer Linseneintopf mit Karotten, Sellerie, Kartoffeln und Lauch k 325 kJ / 78 kc / Fett 3.2 g / davon ges. Fettsäuren 0.3 g / KH 40.2 g / davon Zucker 29.3 g / Eiweiß 3.5 g / Salz 0.3 g	Kirschenmichel mit Vanillesauce a, e, f 1251 kJ / 299 kc / Fett 11.8 g / davon ges. Fettsäuren 6.5 g / KH 40.2 g / davon Zucker 29.3 g / Eiweiß 7.3 g / Salz 0.5 g	Gefüllte Zucchini, Tomatensauce und Reis C, f, h, l 1306 kJ / 312 kc / Fett 8.7 g / davon ges. Fettsäuren 3.5 g / KH 48.6 g / davon Zucker 8 g / Eiweiß 9.1 g / Salz 3.1 g	Vegane Paella, Langkornreis mit Paprika, Zucchini, Aubergine u. Zwiebeln 1 458 kJ / 109 kc / Fett 2.9 g / davon ges. Fettsäuren 0.4 g / KH 18.1 g / davon Zucker 2.1 g / Eiweiß 2.5 g / Salz 2.4 g	Vegetarischer Kartoffeleintopf mit Karotten, Zucchini, Kohlrabi und Sellerie F, k 242 kJ / 58 kc / Fett 3.1 g / davon ges. Fettsäuren 0.6 g / KH 18.1 g / davon Zucker 1.3 g / Eiweiß 0.9 g / Salz 0.3 g	Semmelknödel mit Pilzragout a, e, f 1277 kJ / 305 kc / Fett 17.2 g / davon ges. Fettsäuren 7.8 g / KH 29.1 g / davon Zucker 4.3 g / Eiweiß 8.6 g / Salz 2.4 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