

Wochenmenüplan

Muster für Senior*innen-Wohnhäuser

BIO = kursiv / unterstrichen

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Mittagessen Hausmannskost	Klare Gemüsesuppe mit Vollkornnockerln Eingebrannte Kartoffeln Gekochtes Ei Hausbrot Grießflammerie	Ungarische Krautsuppe Topfenstrudel Eierlikörsauce Apfelmus	Rindsuppe mit Frittaten Leberkäse gebraten Erdäpfelpüree Rahmgurkensalat Schokopudding	Champignoncremesuppe Käsespätzle mit Röstzwiebel Chinakohlsalat Joghurt- Pannacotta mit Heidelbeersauce	Karottencremesuppe Fischstäbchen Gemüsemayonnaise-Salat Zitrone Melonencocktail	Rindsuppe mit Leberknödel Schweinhaxerl gekocht Wurzelgemüse Salzerdäpfel Kren <u>Erdbeercreme</u> Topfen mit Fruchtgeschmack Obst der Saison	Rindsuppe mit Grießstrudel Gebratene Hühnerflügel Broccoli Reis Himbeer Vanilleschnitte
Abendessen Hausmannskost	Bratfett	2 Stück Eckerlkäse Rahm Gemüse	Schokolade Brownies Milch	Zillertaler Käsewurst	Abendessen Diverses	Fruchtgeschmack Obst der Saison	Gastroschinken
Mittagessen Leichte Vollkost	Schwarzwurzelsuppe Kümmelfleisch vom Schwein mit Gemüse Reis Grießflammerie	Klare Gemüsesuppe mit Backerbsen Knödel mit Ei Endiviensalat Apfelmus	Cremsuppe mit Wurzelgemüse Gebratenes Tilapiafilet Romanescogemüse Salzerdäpfel <u>Schokopudding</u> Buttermilch Obst der Saison	Rindsuppe mit Sternchen Faschierter Braten Petersilerdäpfel Rote Rübensalat Joghurt- Pannacotta mit Heidelbeersauce	Karottencremesuppe Grießschmarren Milch Melonencocktail	Zucchini-cremesuppe Puten- Kürbisragout Makkaroni Erdbeercreme	Rindsuppe mit Grießstrudel Gemüseplatte mit Champignons Erdäpfel mit Kräuterdip Nusskuchen
Abendessen Leichte Vollkost	Gervais natur	Extrawurst	Buttermilch Obst der Saison	Vollwert Apfelkuchen Milch	Mariandlschinken	Schwarzwurzelsalat mit Schinken	Gouda Käse Stück
Mittagessen Diabetiker geeignet	Klare Gemüsesuppe mit Vollkornnockerln Gebratene Fischstreifen Paprika- Tomatenragout Couscous natur Pfirsichkompott	Ungarische Krautsuppe Gekochtes Rindfleisch Bouillongemüse Sammelkren Salzerdäpfel Vanillepudding	Rindsuppe mit Frittaten Linsengemüse vegetarisch Serviettenknödel Erdbeerkompott	Champignoncremesuppe Apfelauflauf mit Haferflocken Vanillesauce Fruchtkompott	Hühnersuppe mit Teigmuscheln Lammragout mit Kichererbsen Pilavreis <u>Zitronen- Topfencreme</u> Pudding Schoko zuckerreduziert Obst der Saison	Rindsuppe mit Leberknödel Kartoffel Lauchstrudel Joghurt Kräuterdip Gemischter Blattsalat <u>Apfelkompott</u>	Hühnercremesuppe Schweinsgulasch Bunte Spiralen Chinakohlsalat Nusskuchen
Abendessen Diabetiker geeignet	Almkönig Käse geschnitten	Thunfischsalat	Presswurst Essig Öl Marinade mit Zwiebel	Camembert		Puten - Pikantwurst	Fleischaufstrich hausgemacht
Mittagessen vegetarisch	Klare Gemüsesuppe mit Vollkornnockerln Eingebrannte Kartoffeln Gekochtes Ei Hausbrot Pfirsichkompott	Klare Gemüsesuppe mit Backerbsen Knödel mit Ei Endiviensalat Vanillepudding	Cremsuppe mit Wurzelgemüse Linsengemüse vegetarisch Serviettenknödel Erdbeerkompott	Champignoncremesuppe Käsespätzle mit Röstzwiebel Chinakohlsalat Fruchtkompott	Karottencremesuppe Grießschmarren Milch Melonencocktail	Zucchini-cremesuppe Kartoffel Lauchstrudel Joghurt Kräuterdip Gemischter Blattsalat Erdbeercreme	Klare Gemüsesuppe mit Grießstrudel Gemüseplatte mit Champignons Erdäpfel mit Kräuterdip Nusskuchen
Abendessen vegetarisch	Almkönig Käse geschnitten	2 Stück Eckerlkäse Rahm Gemüse AE	Schokolade Brownies Milch	Camembert	Kartoffelaufstrich hausgemacht	Cremiger Schwarzwurzelsalat mit Dille	Gouda Käse Stück

Mittagessen SFF	Klare Gemüsesuppe mit Vollkornnockerln Gebratene Fischstreifen Paprika-Tomatenragout Couscous natur Pflirsichkompott	Ungarische Krautsuppe Gekochtes Rindfleisch Bouillongemüse Semmelkren Salzerdäpfel Vanillepudding	Rindsuppe mit Frittaten Linsengemüse vegetarisch Serviettenknödel Erdbeerkompott	Champignoncremesuppe Apfelauflauf mit Haferflocken Vanillesauce Fruchtkompott	Karottencremesuppe Lammragout mit Kichererbsen Pilavreis Zitronen- Topfencreme	Rindsuppe mit Leberknödel Kartoffel Lauchstrudel Joghurt Kräuter dip Gemischter Blattsalat Apfelkompott	Grießstrudelsuppe Gebratene Hühnerflügerl Broccoli Reis Nusskuchen
Abendessen SFF	Almkönig Käse geschnitten	Thunfischsalat	Schokolade Brownies Milch	Camembert	Pudding Schoko zuckerreduziert Obst der Saison	Puten - Pikantwurst	Gouda Käse Stück
Mittagessen Gemixte Kost	Schwarzwurzelpüreesuppe GK Kümmelfleisch mit Gemüse GK Reiscreme pikant GK Pflirsichmus GK	Ungarische Krautsuppe GK Geröstete Knödel mit Ei GK Gurkensalat GK Apfelmus GK	Wurzelgemüse-Püreesuppe GK Tilapiafilet gebraten GK Polentacreme GK Romanesco GK Schokopudding GK	Champignonpüreesuppe GK Faschierter Braten GK Erdäpfelpüree GK Rote Rübensalat GK Joghurt- Pannacotta	Karottenpüreesuppe GK Grießschmarren GK Vanillesauce GK Melonencocktail- Mus GK	Zucchini püreesuppe GK Kartoffel Lauchstrudel GK Warme Kräutersauce GK Erdbeercreme GK	Hühnercremesuppe GK Schweinsgulasch GK Erdäpfelpüree GK Weiße Schokolade- Topfenkuchen GK
Mittagessen Weiche Kost	Schwarzwurzelpüreesuppe GK Gebratenes Hokifilet Dillkartoffeln Eingemachtes Karottengemüse Pflirsichmus GK	Ungarische Krautsuppe GK Knödel mit Ei Karottensalat Apfelmus GK	Wurzelgemüse-Püreesuppe GK Leberkäse gebraten Erdäpfelpüree Romanescogemüse Schokopudding GK	Champignonpüreesuppe GK Faschierter Braten Petersilerdäpfel Rote Rübensalat Joghurt- Pannacotta	Karottenpüreesuppe GK Grießschmarren Milch Melonencocktail- Mus GK	Zucchini püreesuppe GK Puten- Kürbisragout Makkaroni Zeller- Karottensalat Erdbeercreme GK	Hühnercremesuppe GK Gemüseplatte mit Champignons Erdäpfel mit Kräuterdip Weiße Schokolade- Topfenkuchen GK
Abendessen Weiche Kost	Bratfett	Extrawurst	Grießkoch mit Schokoladeflocken	Camembert	Kartoffelaufstrich hausgemacht	Puten - Pikantwurst	Fleischaufstrich hausgemacht
Mittagessen GA	Schwarzwurzelpüreesuppe GK Gebratene Fischstreifen Paprika- Tomatenragout Reis Pflirsichkompott	Gemüsesuppe mit Eierflocken Gekochtes Rindfleisch Bouillongemüse Salzerdäpfel Vanillepudding	Wurzelgemüse-Püreesuppe GK Linsengemüse vegetarisch Weißgebäck GA Schokopudding	Champignonpüreesuppe GK Nußauflauf mit Äpfel Vanillesauce Fruchtkompott	Hühnersuppe mit Gemüsestreifen Lammragout mit Kichererbsen Salzerdäpfel Melonencocktail	Zucchini püreesuppe GK Puten- Kürbisragout Fusilli glutenfrei Erdbeercreme	Gemüsesuppe mit Reis Gemüseplatte mit Champignons Erdäpfel mit Kräuterdip Blechkuchen Heidelbeer Käse Sahne GA LA

Abendessen GA	Almkönig Käse geschnitten	Thunfischsalat	Presswurst Essig Öl Marinade mit Zwiebel	Camembert	Pudding Schoko zuckerreduziert Obst der Saison	Schwarzwurzelsalat mit Schinken	Fleischaufstrich hausgemacht
Mittagessen LA	Schwarzwurzelpüreesuppe GK Gebratene Fischstreifen Paprika- Tomatenragout Couscous natur Pfirsichkompott	Gemüsesuppe mit Eierflocken Gekochtes Rindfleisch Bouillongemüse Salzerdäpfel Apfelmus	Wurzelgemüse- Püreesuppe GK Linsengemüse vegetarisch Hausbrot Fruchtjoghurt laktosefrei	Champignonpüreesuppe GK Nußauflauf mit Äpfel Vanillesauce Fruchtkompott	Hühnersuppe mit Teigmuscheln Lammragout mit Kichererbsen Melonencocktail	Zucchini-püreesuppe GK Schweinhaxerl gekocht Wurzelgemüse Salzerdäpfel Kren Sojadessert Vanille	Gemüsesuppe mit Reis Gemüseplatte mit Champignons Kräuterkartoffeln Blechkuchen Heidelbeer Käse Sahne GA LA
Abendessen LA	Almkönig Käse geschnitten	Thunfischsalat	Presswurst Essig Öl Marinade mit Zwiebel	Camembert	Mariandlschinken	Schwarzwurzelsalat mit Schinken	Gouda Käse Stück

Änderungen vorbehalten!!!

H - Schalenfrüchte
O - Schwefeldioxyd & Sulphite

D - Fische
A - Glutenhaltiges Getreide

L - Sellerie
M - Senf

B - Krebstiere
P - Lupinen

N - Sesamsamen
F - Sojabohnen

C - Eier
E - Erdnüsse

G - Milch

R - Weichtiere