






















Speiseplan Heilig-Geist Hospital Bensheim

23.09.2024 - 29.09.2024

4	Vollkost	Vegetarische Kost	Leichte Kost
Montag	<p>Frikadelle (Aa,C,I,J) vom Schwein mit Rahmsauce (Aa,G,I), dazu Kaisergemüse (I) und Kartoffeln </p> <p>Schokosahnepudding (Aa,G)</p> <p>3151 kJ Z 18g 751 kcal EW 39g F 39g S 4g ges. FS 15g KH 61g</p>	<p>Bulgurpfanne mit Hirtenkäse (7,Aa,G) dazu Tomaten -ZucchiniGemüse (7,I) und ein frischer Salat (C,G,I,J) </p> <p>Schokosahnepudding (Aa,G)</p> <p>2744 kJ Z 27g 655 kcal EW 21g F 33g S 5g ges. FS 17g KH 68g</p>	<p>Putengulasch (3,7,Aa,C,F,G,I) mit Spätzle (Aa,C) dazu ein frischer Salat </p> <p>Schokosahnepudding (Aa,G)</p> <p>2642 kJ Z 34g 631 kcal EW 23g F 26g S 3,8g ges. FS 11,4g KH 73g</p>
Dienstag	<p>Gedünstetes Seelachsfilet (3,D,L) mit Kurkumasauce (3,Aa,F,G,I) dazu Kräuterreis (G) und ein frischer Salat </p> <p>Waldfruchtjoghurt (1,G)</p> <p>2401 kJ Z 22g 574 kcal EW 41g F 17g S 5g ges. FS 6g KH 62g</p>	<p>Gekochte Eier (C) mit Senfsauce (1,Aa,G,I,J) dazu Kartoffelpüree (G,L) und Karottengemüse </p> <p>Waldfruchtjoghurt (1,G)</p> <p>2292 kJ Z 33g 547 kcal EW 24g F 22g S 4g ges. FS 7g KH 63g</p>	<p>Hähnchenbrust in Kurkumasauce (Aa,G,I) und gedünsteten Gemüsestreifen (I) </p> <p>Waldfruchtjoghurt (1,G)</p> <p>2559 kJ Z 20g 608 kcal EW 39,7g F 22g S 8g ges. FS 7,4g KH 62g</p>
Mittwoch	<p>Sommerlicher Gemüseeintopf (3,Aa,F,I) mit Wiener Würstchen (2,3,10) dazu ein Vollkornbrötchen (Aa,Ad) </p> <p>Mandarinenkompott</p> <p>2212 kJ Z 29g 528 kcal EW 21g F 14g S 4g ges. FS 5g KH 78g</p>	<p>Cannelloni mit Ricotta und Spinat (2,7,Aa,C,G,I) dazu Tomatensauce (7,I) und ein frischer Salat </p> <p>Mandarinenkompott</p> <p>2989 kJ Z 41g 710 kcal EW 29g F 12g S 7g ges. FS 8g KH 104g</p>	<p>Rindergulasch (Aa,G) mit Nudeln (Aa,C) und Schonkostgemüse (I) </p> <p>Mandarinenkompott</p> <p>2565 kJ Z 9,4g 611 kcal EW 26,4g F 13,8g S 6,5g ges. FS 5,2g KH 90g</p>
Donnerstag	<p>Rostbratwurst vom Schwein (10) mit Rahmsauce (7,G) dazu Brechbohngemüse (3,Aa,F,I) und Kartoffelpüree (3,5,G,L) </p> <p>Frisches Obst</p> <p>3250 kJ Z 28g 776 kcal EW 24g F 48g S 5g ges. FS 14g KH 63g</p>	<p>Eblypfanne (Aa,) mit Knoblauchdip (G) und Ratatouillegemüse (7,I) </p> <p>Frisches Obst</p> <p>2418 kJ Z 26g 574 kcal EW 15g F 15g S 4g ges. FS 5g KH 6g</p>	<p>Gedünsteter Seelachs (3,D,L) mit Dillsauce (1,Aa,G,I) dazu Kartoffeln und Kaisergemüse </p> <p>Frisches Obst</p> <p>1573 kJ Z 16g 375 kcal EW 27g F 16g S 4,3g ges. FS 4,8g KH 29g</p>
Freitag	<p>Gebratenes Seelachsfilet (Aa,D,L) mit Zitronensauce (1,Aa,G,I,L) dazu Butterkartoffeln (G) und Kaisergemüse (3Aa,F,I) </p> <p>Grießpudding (G)</p> <p>2494kJ Z 14g 595 kcal EW 48g F 18 g S 3g ges. FS 6g KH 58g</p>	<p>Tortelloni mit Käsefüllung (2,Aa,C,G) dazu Gemüsebolognese (7,I) und ein frischer Salat </p> <p>Grießpudding (G)</p> <p>3343 kJ Z 21 g 795 kcal EW 23 g F 37g S 6g ges. FS 9g KH 89 g</p>	<p>Hähnchenbrust in Geflügelsauce (Aa,G,I) mit Reis und Kaisergemüse (I) </p> <p>Grießpudding (G)</p> <p>2721kJ Z 21g 647 kcal EW 36g F 23 g S 8,5g ges. FS 10g KH 71g</p>
Samstag	<p>Hühnerfrikassee (3,Aa,G) mit Reis (G) dazu ein frischer Salat </p> <p>Pfirsichkompott</p> <p>2024 kJ Z 19g 484 kcal EW 26g F 16g S 6g ges. FS 4g KH 66g</p>	<p>Kartoffeleintopf mit Gemüse (2,3,5,Aa,F,I,L) dazu ein Vollkornbrötchen (Aa,Ad) </p> <p>Pfirsichkompott</p> <p>1614 kJ Z 24g 385 kcal EW 10g F 1g S 5g ges. FS 2g KH 81g</p>	<p>Karottentopf (I,L) mit Rindfleisch </p> <p>Pfirsichkompott</p> <p>1651 kJ Z 9,4g 395 kcal EW 11g F 6,6g S 3,1g ges. FS 0,1g KH 67g</p>
Sonntag	<p>Räucherbraten in Bratensauce (7,Aa) mit Kohlrabigemüse in weißer Sauce (1,Aa,G,I) und Butterkartoffeln (3,5,G,L) </p> <p>Erdbeerpudding (1,G)</p> <p>4912 kJ Z 25g 1174 kcal EW 53g F 60g S 3g ges. FS 25g KH 64g</p>	<p>Gemüse-Kartoffelaufbau (1,2,3,5,C,G,I,L) mit Sahnesauce (3,Aa,F,G,I) dazu Gemüsestreifen (3,Aa,F,I) und ein frischer Salat </p> <p>Erdbeerpudding (1,G)</p> <p>2506 kJ Z 32g 599 kcal EW 25g F 26g S 6g ges. FS 0g KH 63g</p>	<p>Geflügelfrikadelle (Aa,C,I,J) in Sahnesauce (Aa,G) mit Reis und Karottengemüse (I) </p> <p>Erdbeerpudding (1,G)</p> <p>2576 kJ Z 36g 616 kcal EW 20g F 28g S 4,3g ges. FS 12,2g KH 66g</p>

Änderungen vorbehalten

1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = geschwefelt, 6 = geschwärzt, 7 = mit Süßungsmittel, 8 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 9 = enthält eine Phenylalaninquelle (zusätzlich zur Angabe „mit Süßungsmittel“), 10 = mit Phosphat (bei Fleischerzeugnissen), 11 = mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen), 12 = mit Eiklar (bei Fleischerzeugnissen), 13 = mit Alkohol, 14 = chininhaltig, 15 = koffeinhaltig, 16 = mit einer kakaohaltigen Fettglasur, 17 = mit Persipan. A = enthält glutenhaltiges Getreide (a = Weizen sowie Dinkel und Khorasan-Weizen, b = Roggen, c = Gerste, d = Hafer), B = enthält Krebstiere, C = enthält Ei, D = enthält Fisch, E = enthält Erdnüsse, F = enthält Soja, G = enthält Milch (einschließlich Laktose), H = enthält Schalenfrüchte (a = Mandeln, b = Haselnüsse, c = Walnüsse, d = Kaschunüsse, e = Pekannüsse, f = Paranüsse, g = Pistazien, h = Macadamia- oder Queenslandnüsse), I = enthält Sellerie, J = enthält Senf, K = enthält Sesam, L = enthält Schwefeldioxid und Sulfite, M = enthält Lupine, N = enthält Weichtiere. In unserer Küche werden alle Arten von Lebensmitteln und somit auch alle Allergene verarbeitet. Ein Übergang von Spuren dieser Stoffe auf nicht gekennzeichnete Speisen kann trotz aller Vorsicht nicht vollkommen ausgeschlossen werden.