






















Speiseplan Heilig-Geist Hospital Bensheim

02.12.2024 - 08.12.2024

4	Vollkost		Vegetarische Kost		Leichte Kost	
Montag	Frikadelle (Aa,C,I,J) vom Schwein mit Rahmsauce (Aa,G,I), dazu Kaisergemüse (I) und Kartoffeln  Schokosahnepudding (Aa,G)	2642 kJ Z 34g 631 kcal EW 23g F 26g S 3,8g ges. FS 11,4g KH 73g	Bulgurpfanne mit Hirtenkäse (7,Aa,G) dazu Tomaten -ZucchiniGemüse (7,I) und ein frischer Salat (C,G,I,J)  Schokosahnepudding (Aa,G)	2642 kJ Z 34g 631 kcal EW 23g F 26g S 3,8g ges. FS 11,4g KH 73g	Putengulasch (3,7,G,I) mit Spätzle (Aa,C) und Salat  Schokosahnepudding (Aa,G)	2842 kJ Z 24,7g 679 kcal EW 39g F 30g S 9,4g ges. FS 11g KH 64g
Dienstag	Gedünstetes Seelachsfilet (Aa,D,L) mit Kurkumasauce (1,Aa,G,I) dazu Kräuterreis (G) und Kaisergemüse  Waldfruchtjoghurt (1,G)	2559 kJ Z 20g 608 kcal EW 39,7g F 22g S 8g ges. FS 7,4g KH 62g	Gekochte Eier (C) mit Senfsauce (1,Aa,G,I,J) dazu Kartoffelpüree (G,L) und Karottengemüse  Waldfruchtjoghurt (1,G)	3096 kJ Z 21,4g 736 kcal EW 39g F 41g S 3,1g ges. FS 13,6g KH 53g	Hähnchenbrust in Kurkumasauce (Aa,G,I) mit Reis und gedünsteten Gemüsestreifen (I)  Waldfruchtjoghurt (1,G)	2559 kJ Z 20g 608 kcal EW 39,7g F 22g S 8g ges. FS 7,4g KH 62g
Mittwoch	Erbseintopf (2,3,5,I,L) mit Wiener Würstchen (2,3,10) dazu ein Vollkornbrötchen (Aa,Ad)  Mandarinenkompott	2565 kJ Z 9,4g 611 kcal EW 26,4g F 13,8g S 6,5g ges. FS 5,2g KH 90g	Cannelloni mit Ricotta und Spinat (2,7,Aa,C,G,I) dazu Tomatensauce (7,I) und ein frischer Salat  Mandarinenkompott	3897 kJ Z 45g 927 kcal EW 34g F 35g S 6g ges. FS 16,4g KH 115g	Rindergulasch (Aa,G) mit Nudeln (Aa,C) und Schonkostgemüse (I)  Mandarinenkompott	2565 kJ Z 9,4g 611 kcal EW 26,4g F 13,8g S 6,5g ges. FS 5,2g KH 90g
Donnerstag	Hühnerfrikassee (1,2,3,10,Aa,G,I) mit Reis (G) dazu ein frischer Salat  Frisches Obst	1573 kJ Z 16g 375 kcal EW 27g F 16g S 4,3g ges. FS 4,8g KH 29g	Eblypfanne (Aa,) mit Knoblauchdip (G) und Ratatouillegemüse (7,I)  Frisches Obst	2129 kJ Z 21g 506 kcal EW 14g F 15g S 1,8g ges. FS 5g KH 77g	Gedünsteter Seelachs (3,D,L) mit Dillsauce (1,Aa,G,I) dazu Kartoffeln und Kaisergemüse  Frisches Obst	1573 kJ Z 16g 375 kcal EW 27g F 16g S 4,3g ges. FS 4,8g KH 29g
Freitag	Gebratenes Seelachsfilet (Aa,D,L) mit Zitronensauce (1,Aa,G,I,L) dazu Butterkartoffeln (G) und Bohnengemüse  Grießpudding (G)	2721kJ Z 21g 647 kcal EW 36g F 23 g S 8,5g ges. FS 10g KH 71g	Tortelloni mit Käsefüllung (2,Aa,C,G) dazu Gemüsebolognese (7,I) und ein frischer Salat  Grießpudding (G)	3422 kJ Z 33 g 815 kcal EW 23 g F 33g S 13,3g ges. FS 10,3g KH 104 g	Hähnchenbrust in Geflügelsauce (Aa,G,I) mit Reis und Kaisergemüse(I)  Grießpudding (G)	2721kJ Z 21g 647 kcal EW 36g F 23 g S 8,5g ges. FS 10g KH 71g
Samstag	Rostbratwurst vom Schwein (3,10,G,I,J) mit Rahmsauce (7,G) dazu geschmortes Weißkohlgemüse (1,I) und Kartoffeln (G,L)  Pfirsichkompott	2850 kJ Z 17g 682 kcal EW 25g F 46g S 5,5g ges. FS 15g KH 42g	Kartoffeleintopf mit Gemüse (2,3,5,I,L) dazu ein Vollkornbrötchen (Aa,Ad)  Pfirsichkompott	1651 kJ Z 9,4g 395 kcal EW 11g F 6,6g S 3,1g ges. FS 0,1g KH 67g	Karottentopf (I,L) mit Rindfleisch  Pfirsichkompott	1651 kJ Z 9,4g 395 kcal EW 11g F 6,6g S 3,1g ges. FS 0,1g KH 67g
Sonntag	Rinderbraten in Rinderbratensauce (7,Aa) mit Kohlrabigemüse in weißer Sauce (1,Aa,G,I) und Kartoffelknödeln (3,5,G,L)  Erdbeerpudding (1,G)	3087 kJ Z 30g 729 kcal EW 44g F 25g S 4,6g ges. FS 14,2g KH 79g	Gemüse-Kartoffelaufbau (2,3,5,G,I,L) mit Sahnesauce (1,Aa,G,I) dazu Gemüsestreifen (I) und ein frischer Salat  Erdbeerpudding (1,G)	2576 kJ Z 36g 616 kcal EW 20g F 28g S 4,3g ges. FS 12,2g KH 66g	Geflügel Kräuterbällchen (Aa,C,I,J) in Sahnesauce (Aa,G) mit Reis und Karottengemüse (I)  Erdbeerpudding (1,G)	2576 kJ Z 36g 616 kcal EW 20g F 28g S 4,3g ges. FS 12,2g KH 66g

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.