

## Speiseplan Heilig-Geist Hospital Bensheim

15.07.2024 - 21.07.2024

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

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.