

Speiseplan Heilig-Geist Hospital Bensheim

13.01.2025-19.01.2025

	Vollkost	Vegetarisch	Leichte Kost
5			
Montag	Putencurry (3,G,I) mit Butterreis (G) dazu ein frischer Salat Pfirsichjoghurt (G)	Gnocchi-Gemüsepfanne in Kräuterbutter (1,2,3,Aa,Ac,,G,I,L) dazu Tomatensoße (3,7,Aa,F,I) und ein frischer Salat Pfirsichjoghurt (G)	Käsespätzle (Aa,C,G) mit Gemüsesauce (Aa,G,I) und Karottensalat (7) Pfirsichjoghurt (G)
	2579 kJ Z 21g 616 kcal EW 31g F 27g S 8,9 g ges. FS 8,2g KH 63g	3762 kJ Z 25g 898 kcal EW 31 g F32 g S 8 g ges. FS 13g KH 108 g	2106 kJ Z 29g 500 kcal EW 17g F 13,2g S 3,5g ges. FS 2g KH 72g
Dienstag	Gedünstetes Seelachsfilet (3,D,L) mit Zitronenbuttersauce (1,3,Aa,C,F,G,I,L) dazu Blattspinat (1,I) und Dillkartoffeln (3,5,G,L) Vanillepudding mit Schokosauce (1,Aa,G)	Blumenkohl-Käse-Bratling (Aa,Ad,G,Ha,Hb,I) mit Schnittlauchsauce (Aa,G,I), Butterkartoffeln (3,5,G,L) dazu ein frischer Salat Vanillepudding mit Schokosauce (1,Aa,G)	Putenragout (Aa,G,I) mit Spiralnudeln (Aa,C) und Karottengemüse Vanillepudding mit Schokosauce (1,Aa,G)
	2625 kJ Z 22g 620 kcal EW 39g F 21g S 4,7g ges. FS 12,4g KH 66,4g	2263 kJ Z 29g 541 kcal EW 22g F 21g S 3,3g ges. FS 10,5g KH 64g	2625 kJ Z 22g 620 kcal EW 39g F 21g S 4,7g ges. FS 12,4g KH 66,4g
Mittwoch	Cevapcici vom Rind (Aa,C,J,12) mit Tzatziki (2,C,G,J) dazu Balkangemüse (I) und Djuwetschreis (7,I) Frisches Obst	Milchreis (G) mit Kirschkompott (7) Frisches Obst	Gedünstetes Hokifilet (D) mit Rahmspinat (Aa,G,I) Kartoffelpüree (G,L) Frisches Obst
	3141 kJ Z 23g 750 kcal EW 39g F 34g S 6,3g ges. FS 11,1g KH 69g	2718 kJ Z 73g 645 kcal EW 16g F 11g S 0,1g ges. FS 6,5g KH 120g	3141 kJ Z 23g 750 kcal EW 39g F 34g S 6,3g ges. FS 11,1g KH 69g
Donnerstag	Lasagne Carne (A,C,G,I) mit Tomaten-Kräutersauce (I) und einem frischen Salat Grießpudding mit Fruchtsauce (Aa,G)	Couscouspfanne (Aa,I,K) mit Gemüse dazu Falafel (Aa,I) und Kräuterdip (G) Grießpudding mit Fruchtsauce (Aa,G)	Putengeschnetzeltes (Aa,G,I) mit Kartoffeln und Schonkostgemüse (I) Grießpudding mit Fruchtsauce (Aa,G)
	4541 kJ 1016 kcal EW 29g F 55g S 4g ges. FS 19g KH 98g	4407 kJ Z 33g 1047 kcal EW 31g F 42 g S 7,4g ges. FS 9,5g KH 131g	4407 kJ Z 33g 1047 kcal EW 31g F 42g S 7,4g ges. FS 9,5g KH 131g
Freitag	Fischragout mit Gemüsestreifen (1,3,Aa,D,G,I,L) dazu Kräuterreis (G) und ein frischer Salat Heidelbeerquark (G)	Vegetarischer Pichelsteiner Eintopf (2,3,5,I,L) dazu ein Vollkornbrötchen (Aa,Ad) Heidelbeerquark (G)	Hühnerfrikassee mit Spargel (Aa,G) dazu Reis und ein frischer Salat Heidelbeerquark (G)
	2567 kJ Z 21g 611 kcal EW 33g F 23g S 8,1g ges. FS 9,8g KH 65g	1757 kJ Z 5,3g 419 kcal EW 16g F 7g S 5,3g ges. FS 4g KH 69g	1757 kJ Z 5,3g 419 kcal EW 16g F 7g S 5,3g ges. FS 4g KH 69g
Samstag	Kohlrabeintopf (2,3,5,I,L) mit Rindfleischwürfeln und einem Vollkornbrötchen (Aa,Ad) Haselnusspudding (G,Hb)	Eierpannkuchen mit Quarkfüllung (Aa,C,G) dazu Vanillesauce (1,G) Haselnusspudding (G,Hb)	Gefüllte Käsetortellini (Aa,C,G) mit Tomatensauce (Aa,I) und einem frischen Salat Haselnusspudding (G,Hb)
	2297 kJ Z 3,7g 548 kcal EW 30g F 14g S 5,6g ges. FS 6,6g KH 72g	2210 kJ Z 49g 524 kcal EW 20g F 15g S 0,7g ges. FS 6,3g KH 78g	2297 kJ Z 3,7g 548 kcal EW 30g F 14g S 5,6g ges. FS 6,6 g KH 72g
Sonntag	Schweinerollbraten (7) mit Bratensauce (7,Aa) dazu Rotkraut (2,3,10,I) und Kartoffelklöße (G,L) Erdbeerquark (1,G)	Ravioli mit Champignons & Steinpilzen (2,Aa,C,G) dazu Sahnesauce mit Tomatenwürfeln (1,Aa,G,I) und ein frischer Salat Erdbeerquark (1,G)	Hähnchengeschnetzeltes (Aa,G,I) mit Reis (Aa,C) und ZucchiniGemüse (I) Erdbeerquark (1,G)
	2663 kJ Z 25g 636 kcal EW 40g F 30g S 4,9g ges. FS 11,8g KH 69g	3010 kJ Z 23g 716 kcal EW 31g F 27g S 8,2g ges. FS 12g KH 84g	2663 kJ Z 25g 636 kcal EW 40g F 30g S 4,9g ges. FS 11,8g KH 69g

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, 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.