

# Veteranenheim Deutscher Soldaten

## MENÜKARTE

Tag	Vollkost	Leichte Vollkost Diabetes geeignet	vegetarische Kost
<b>Montag</b> 26. Dezember 2011	<b>rosa gebratenes Schweinefilet mit Pfefferrahmsauce, Brokkoliröschen und Petersilienkartoffeln</b> <b>Bratapfelcremespeise</b> 4. 8. Kcl.500/ Ew.49g / Kh.60g / F.13g / BE.5	<b>rosa gebratenes Schweinefilet mit Pfefferrahmsauce, Perlkarotten und Petersilienkartoffeln</b> <b>Bratapfelcremespeise</b> 4. 8. Kcl.480/ Ew.42g / Kh.36g / F.16g / BE.3	<b>Blumenkohl-Brokkoli Gratin mit Sauce Hollandaise und Petersilienkartoffeln</b> <b>Bratapfelcremespeise</b> 4. 8. Kcl.420/ Ew.23g / Kh.48g / F.14g / BE.4
<b>Dienstag</b> 27. Dezember 2011	<b>pfannenfrische Kartoffelpuffer mit Apfelkompott</b> <b>Vanillepudding mit Kirschen</b> 4. 8. Kcl.620/ Ew.32g / Kh.46g / F.32g / BE.3,8	<b>Rotbarschfilet mit Kopfsalat in Rahm und Stampfkartoffeln</b> <b>Vanillepudding mit Kirschen</b> 4.8.11. Kcl.340/ Ew.17g / Kh.38g / F.15g / BE.3	<b>Getreidebratling mit pikanten Paprikagemüse und Vollkornnudeln</b> <b>Vanillepudding mit Kirschen</b> 4. 8.11. Kcl.390/ Ew.16g / Kh.52g / F.12g / BE.4,5
<b>Mittwoch</b> 28. Dezember 2011	<b>gebratener Hähnchenschenkel mit Leipziger Allerlei und Petersilienkartoffeln</b> <b>Heidelbeerquarkspeise</b> 4. 8. Kcl.650/ Ew.18g / Kh.74g / F.22g / BE.6,5	<b>Gemüseintopf "Gaisburger Marsch" mit Rindfleischeinlage und Kartoffelwürfeln</b> <b>Heidelbeerquarkspeise</b> 4. 8.11. Kcl.520/ Ew.34g / Kh.44g / F.22g / BE.3,8	<b>hausgemachter Karotten - Kartoffelrösti mit soure creme und gemischtem Salat</b> <b>Heidelbeerquarkspeise</b> 4. 8. Kcl.430/ Ew.23g / Kh.46g / F.12g / BE.3,8
<b>Donnerstag</b> 29. Dezember 2011	<b>Holsteiner Grützwurst mit frischen Stampfkartoffeln und Sauerkraut</b> <b>Grißcremespeise mit Früchten</b> 4. 8. Kcl.420/ Ew.20g / Kh.41g / F.18g / BE.3,5	<b>Geflügelfrikadelle mit gestowtem Kohlrabi und Petersilienkartoffeln</b> <b>Grißcremespeise mit Früchten</b> 4. 8. Kcl.420/ Ew.20g / Kh.41g / F.18g / BE.3,5	<b>Kaiserschmarrn mit Fruchtkompott und Vanillesauce</b> <b>Grißcremespeise mit Früchten</b> 4. 8. Kcl.420/ Ew.20g / Kh.41g / F.18g / BE.3,5
<b>Freitag</b> 30. Dezember 2011	<b>überbackenes Fischfilet mit fruchtiger Tomatensauce, Gurkensalat &amp; Petersilienkartoffeln</b> <b>frisches Obst</b> 4. 8. Kcl.435/ Ew.40g / Kh.32g / F.13g / BE.2,8	<b>Maultaschen mit Gemüsetreifen in leichter Fleischbrühe, grüner Salat in Zitronenrahm</b> <b>frisches Obst</b> 4. 8. Kcl.420/ Ew.24g / Kh.42g / F.19g / BE.3,6	<b>vegetarische Klopse "Königsberger Art", Kapernsauce, kalte Beilage und Kartoffeln</b> <b>frisches Obst</b> 4. 8. Kcl.320/ Ew.25g / Kh.34g / F.10g / BE.2,9
<b>Samstag</b> 31. Dezember 2011	<b>schwedische Kartoffelsuppe mit Gemüsewürfeln und einem Wiener Würstchen</b> <b>Pistaziencremespeise</b> 4.8. Kcl.540/ Ew.30g / Kh.62g / F.18g / BE.5,5	<b>Holsteiner Gemüseintopf mit Kartoffelwürfeln und einem Wiener Würstchen</b> <b>Pistaziencremespeise</b> 4.8.11. Kcl.510/ Ew.24g / Kh.54g / F.16g / BE.4,5	<b>schwedische Kartoffelsuppe mit Gemüsewürfeln und vegetarischen Klößchen</b> <b>Pistaziencremespeise</b> 4.8. Kcl.410/ Ew.34g / Kh.41g / F.10g / BE.3,4
<b>Sonntag</b> 01. Januar 2012	<b>pikantes Wildgulasch mit Preisselbeersauce, Rosenkohl und Butterspätzle</b> <b>Dessertbecher</b> 4. 8. Kcl.580/ Ew.27g / Kh.59g / F.13g / BE.5	<b>pikantes Wildgulasch mit Preisselbeersauce, Selleriegemüse und Salzkartoffeln</b> <b>Diabetiker - Dessert</b> 4. 8.11. Kcl.450/ Ew.34g / Kh.38g / F.17g / BE.3	<b>bunte Gemüsevariation mit Petersiliensauce und Butterkartoffeln</b> <b>Dessertbecher</b> 4. 8. Kcl.460 / Ew.19g / Kh.46g / F.17g / BE.4

Zu den Zwischenmahlzeiten reichen wir wechselweise frisches Obst, Milchspeisen und Fruchtsäfte oder Mineralwasser.

Angaben sind ca. und pro Portion Kcl.=Kilokalorien Ew.=Eiweiß in g Kh.=Kohlenhydrate in g F.=Fett in g BE=Proteinheit g = Gramm

Zusatzstoffe mit Ziffern gekennzeichnet: siehe Aushang oder Rückseite der Speisekarte

Änderungen vorbehalten