

Unser **VITALMENÜ** mit den nachstehenden
Zutaten und Angaben erleichtert Ihnen die Zusammenstellung für
Ihren DIÄT-Plan. Durch Verwendung der Zuckeraustauschstoffe Cyclamat
und Saccharin ist dieses Menü für Ihren **DIABETIKER-Plan** sehr gut geeignet!

VITALMENÜ		BE	E	F	KH	kJ	kcal	Chol .
Montag	Putenrollbraten, Estragonsauce ³ , Blumenkohl, Salzkartoffeln, Dessert	2,5	34	17	31	1740	415	71
Dienstag	Fischfilet, gedünstet Senf-Dillsauce ³ , Erbsen-Möhrengemüse, Kräuterreis, Dessert	3,5	29	21	42	1990	475	78
Mittwoch	Geflügelhacksteak, Sauce ³ , Wachsbrechbohnen, Salzkartoffeln, Dessert	3	24	20	39	1820	435	74
Donnerstag	3 Königsberger Klopse^S in Kapern- sauce ³ , Salzkartoffeln, Rote-Bete-Salat, Dessert	45	27	23	53	2240	536	95
Freitag	Grüne-Bohneneintopf mit Rindfleisch, Dessert	2	21	30	26	1920	458	48
Samstag	Seelachs gedünstet in Senfsauce ³ , Möhren, Salzkartoffeln, Dessert	2,5	31	15	32	1660	396	77
Sonntag	Hacksteak^S in Zwiebelsauce ³ , Erbsen-Maisgemüse, Spiralnudeln, Dessert	2	22	32	39	2250	538	61

Dessert: Angaben siehe Verpackungen!

Zusatzstoffe: 1= Farbstoff 2= Konservierungsstoffe 3= Süßungsmittel 4= Phosphate 5= Nitrit
6= Antioxidationsmittel 7= geschwefelt 8= geschwärzt S= Schweinefleisch F= Formfleisch

*Ihr Partner für häusliche Pflege
und Essen auf Rädern*

Ambulante Krankenpflege

Sabines Menü Dienst
An Schapers Eichen 9
29227 Celle



Telefon

Sabines Menü Dienst (05141) 889401

Menü-Dienst Nolting (05071) 28 45

- 365 Tage im Jahr -

Speisekarte

01. März bis 07. März 2010

(Änderungen vorbehalten)

**Wir liefern Ihnen täglich frisch
gekochtes Essen warm ins Haus!**

**KW
09**

**Ambulante Krankenpflege
Sabines Menü Dienst
An Schapers Eichen 9
29227 Celle**



Wir kochen für Sie!
natürlich, täglich – frisch!

**Bitte beachten Sie unser
Vitalmenü auf der Rückseite
- auch für das Wochenende**

01.03. – 07.03.2010

KLASSIK MENÜ

**DAS BESONDERE
MENÜ**

**VEGETARISCHE
SPEZIALITÄTEN**

DER SALAT-HIT

KALT MENÜ

**MINI MAHL
"KLEINE KÜCHE"
- Salzarm -**

Montag	Oldenburger Schmorkohl mit Hackfleisch ^S , Salzkartoffeln, Dessert	Schweinenackensteak , Rosmarinsauce, Kohlrabi, Kartoffelpüree, Dessert	Nudelgemüseauflauf mit Brokkoli und Möhren, Sahnesauce ³ , Käse ^{1/2} , Dessert 4.5 BE Chol. 100 mg 520Kcal / 2180kJ	3 Fleischbällchen ^S auf Blattsalat, Gurke, Rettich, Möhren, Kräuter-Dressing, Kaiserbrötchen	Bismarckhering in Apfel-Zwiebelsauce ⁶ , Schwarzbrot, Butter, Dessert	Kleine Bratwurst ^S, Sauce ³ , Kohlrabi, Stampfkartoffeln, Dessert 2,5 BE
Dienstag	Hubertus Braten ^S mit Waldpilzsauce, Apfelrotkohl, Knödel, Dessert	Gebratene Nudeln mit Ei und Kochhinterschinken ^{2,5,6,S} , Tomatensauce, Dessert	Vegetarische Kohlroulade in Rahmsauce ³ , Petersilienkartoffeln, Dessert 4.0 BE Chol. 236 mg 518Kcal / 2170kJ	Salatteller „Hawaii“ , Hähnchenfiletstücke, Tomate, Blattsalate, Curry-Dressing, Kaiserbrötchen	3 gebratene Fleisch- klößchen ^S auf Balkanreis, Krautsalat und Peperoni ^{2,7} , Tzatziki, Dessert	Kl. Putenmedaillon , Sauce ³ , Frühlings- gemüse, Kartoffelpüree, Dessert 2,0 BE
Mittwoch	Seelachsfilet paniert , Remouladensauce ⁶ , Salzkartoffeln, bunter Salat, Dessert	Rindergulasch in Champignonrahm- sauce, Reis, Dessert	Milchreis mit heißen Kirschen, Dessert 7,5 BE Chol. 40 mg 671Kcal / 2810kJ	Salat „Norwegische Fjorde“ geräucherte Lachsstreifen auf knackigen Salat, Honig-Senf-Dressing, Kaiserbrötchen	Frischer Sahnequark mit Fruchtsalat, Dessert	Rahmgulasch ^S in <u>Gemüsesauce</u> ³ , <u>Gabelspaghetti</u> , Dessert 3,0 BE
Donnerstag	Linseneintopf Mit Kochwurst ^{5,6,S} , Dessert	Hähnchenschnitzel mit Kräuterkruste, Sauce, Blumenkohl-Broccoli- gemüse, Spiralnudeln, Dessert	Spaghetti mit Tomaten-Kräutersauce ³ , Dessert 5.0 BE Chol. 0 mg 407Kcal / 1710kJ	Kräuterbraten vom Schwein mit Tomate, Gurke, Blattsalate, Joghurt-Dressing, Kaiserbrötchen	Gebr. Hähnchenkeule auf italienischem Nudelsalat ⁸ , Blattsalatmischung, Dessert	Kl. Kasselerbraten ^{5,S} <u>Sauce</u> ³ , <u>Blumenkohl</u> , <u>Salzkartoffeln</u> , Dessert 2,0 BE
Freitag	3 Eier in Senfsauce mit Gemüsestreifen, Salzkartoffeln, Dessert	Grobe Bratwurst ^{4,6,S}, Sauce, Rotkohl, Salzkartoffeln, Dessert	Gemüsefrikadelle auf Frühlingsgemüse in Bechamel- sauce ³ , Püree, Dessert 4.5 BE Chol. 13 mg 368Kcal / 1540kJ	2 Putenmedaillons auf frischen Salaten, Balsamico-Dressing ^{1,6,7} , Kaiserbrötchen	Paniertes Schnitzel ^S auf Blattsalat, Senf, Kartoffelsalat ⁶ , Dessert	Kleine Frikadelle ^S, Sauce ³ , Mischgemüse, Salzkartoffeln, Dessert 2,5 BE
Samstag	Rahmgulasch ^S mit Gemüsesauce, Nudeln, Dessert	<p>DAS MENÜ DER WOCHE (Montag bis Freitag)</p> <p>Sülze ^S mit Remouladensauce ⁶, Bratkaroffeln ^{2,5,S}, Gewürzgurke, Dessert</p>				Spargelfrikassee mit Mettbällchen ^{3,S} und Möhrenstreifen, Kartoffel- püree, Dessert 2,5 BE
Sonntag	Hähnchenfleisch "Bürgerliche Art" mit Gemüsesauce, Salzkartoffeln, Dessert					Kleiner Schweinebraten in Sauce ³ , Rosenkohl, Salzkartoffeln, Dessert 2,0 BE

Die unterstrichenen Menüs sind fettarm!



D-001-Öko-
Kontrollstelle

DAS FEINSCHMECKER MENÜ
(Montag bis Freitag)

Schweinemedallions,
Gemüsevariationen, Sauce
Hollandaise, Rösties,
Dessert
6,50 €

BIO-MENÜ: bestehend ausschließlich aus
Zutaten aus biologisch-ökologischem Landbau