

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!

| <b>VITALMENÜ</b>  |  | BE  | E  | F  | KH | kJ   | kcal | Chol<br>. |
|-------------------|--|-----|----|----|----|------|------|-----------|
| <b>Montag</b>     | <b>Hähnchenkeule</b><br>auf mediterranem<br>Gemüse, Kartoffelpüree,<br>Dessert   | 2   | 29 | 27 | 26 | 1960 | 467  | 103       |
| <b>Dienstag</b>   | <b>Rinderbrust</b><br>in Meerrettichsauce <sup>3/7</sup> ,<br>Marktgemüse,<br>Dampfkartoffeln,<br>Dessert                                    | 3   | 31 | 19 | 37 | 1861 | 443  | 65        |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>Hackfleischklopse</b> <sup>S</sup> ,<br>Broccolisauce <sup>3</sup> ,<br>Nudeln,<br>Dessert  | 4,5 | 26 | 15 | 59 | 2000 | 478  | 50        |
| <b>Donnerstag</b> | <b>3 gekochte Eier</b><br>in Senfsauce <sup>7</sup> mit<br>Möhrenstreifen, Salat,<br>Salzkartoffeln,<br>Dessert                              | 2,5 | 32 | 31 | 35 | 2280 | 544  | 729       |
| <b>Freitag</b>    | <b>Fischfilet in</b><br><u>Wasserdampf gegart,</u><br><u>Schnittlauchrahm,</u><br><u>Steckrübengemüse,</u><br><u>Stampfkartoffeln, Dess.</u> | 2,5 | 28 | 15 | 28 | 1541 | 367  | 75        |
| <b>Samstag</b>    | <b>Hühnerfrikassee</b><br>mit Spargel und<br>Champignons,<br>Salzkartoffeln, Dessert   | 3   | 25 | 22 | 44 | 2000 | 478  | 80        |
| <b>Sonntag</b>    | <b>Schweinerückenbraten</b><br>in Estragonsauce <sup>7</sup> ,<br>Blumenkohl,<br>Stampfkartoffeln,<br>Dessert                                | 2,5 | 34 | 15 | 31 | 1690 | 404  | 78        |

Zusatzstoffe: 1 = mit Konservierungsstoff 2 = mit Farbstoff 3 = mit Antioxidationsmittel 4 = mit Geschmacksverstärker  
5 = mit Phosphat 6 = mit Zuckerart(en) und Süßungsmittel(n) 7 = mit Süßungsmitteln 8 = enthält eine Phenylalaninquelle  
9 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 10 = geschwefelt 11 = geschwärzt 12 = gewachst 13 = koffeinhaltig  
14 = chininhaltig 15 = mit Eiklar 16 = mit Milcheiweiß 17 = mit Sojaeiweiß 18 = kakaohaltige Fettglasur 19 = Kunststoffüberzug  
nicht zum Verzehr geeignet 20 = enthält Alkohol S = Schweinefleisch Dessert = Angaben siehe Verpackungen!

*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

**05. Dezember bis 11. Dezember 2011**

(Änderungen vorbehalten)

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

**KW  
49**

05.12. – 11.12.2011

**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**

|                   | <i>KLASSIK MENÜ</i>   | <i>DAS BESONDERE MENÜ</i>  | <i>VEGETARISCHE SPEZIALITÄTEN</i>  | <i>DER SALAT-HIT</i>   | <i>KALT MENÜ</i>   | <i>MINI MAHL<br/>"KLEINE KÜCHE"<br/>- Salzarm -</i>  |
|-------------------|---|--|--|--|--|--|
| <b>Montag</b>     | <b>Putenbraten</b><br>in Orangensauce,<br>winterliches Gemüse<br>vom Wochenmarkt,<br>Stampfkartoffeln,<br>Dessert | <b>Kesselgulasch<sup>S</sup></b><br>mit geschmälzten, gelben<br>Spiralnudeln,<br>Dessert   | <b>Sellerieschnitzel</b><br>auf Lauchgemüse in Rahm,<br>Kartoffelpüree,<br>Dessert<br>3,0 BE Chol. 18 mg<br>391Kcal / 1642 kJ          | <b>Salat „Adria“</b> ,<br>bunter Salat mit<br>geräucherten Putenbrust-<br>streifen, French-Dressing,<br>Kaiserbrötchen                               | <b>Gyros, Souvlaki,<br/>Tzatziki</b> mit etwas<br>Knoblauch und Gurke,<br>Weißkrautsalat,<br>Dessert   | <b>Schweinegeschnet-<br/>zeltes</b> in Rahm von<br>Waldpilzen <sup>7</sup> ,<br>Röhrennudeln,<br>Dessert<br>3,5BE  |
| <b>Dienstag</b>   | <b>Schnitzel „Zigeuner<br/>Art<sup>S</sup>“</b> , Paprika-Zwiebel-<br>Tomatensauce,<br>ital. Fusilli,<br>Dessert  | <b>Hähnchenfiletspitzen</b> ,<br>Sauce, „Holländische<br>Art“, Leipziger-Allerlei,<br>Salzkartoffeln,<br>Dessert                   | <b>Geb. Camembert</b><br>mit Preiselbeersauce <sup>7</sup> ,<br>Pflirsichrisotto, Dessert<br>5,0 BE Chol. 105 mg<br>692Kcal / 2900kJ   | <b>Salat „Florida“</b> ,<br>Kochhinterschinken <sup>1/3/S</sup> ,<br>Tomate, Weißkraut mit<br>Früchten, Mais, Ananas,<br>Kokos-Dressing, Kaiserbröt. | <b>Asiatischer<br/>Glasnudelsalat</b><br>mit Soja, Ingwer und<br>marinierten Saté-<br>Spießern, Dessert  | <b>„Himmel und Erde“</b><br>Äpfel, Kartoffeln <sup>7</sup> , kleine<br>Bratwurst <sup>1/3/S</sup> und<br>gebratener Speck <sup>1/S</sup> ,<br>Dessert 4,0 BE |
| <b>Mittwoch</b>   | <b>Rinderleber gebr.<br/>„Berliner Art“</b> mit<br>Apfel-Zwiebelgemüse,<br>Kartoffelpüree,<br>Dessert             | <b>Hausmacher<br/>Sauerkrautplatte</b> mit<br>Kasseler <sup>1/3/S</sup> , Bratwurst <sup>S</sup> ,<br>Stampfkartoffeln,<br>Dessert | <b>Variationen von Pilzen</b><br>in Rahmsauce <sup>7</sup> , Spiralnudeln,<br>Salat, Dessert<br>4,5 BE Chol. 87 mg<br>443Kcal / 1860kJ | <b>Mediterrane Salate</b><br>mit kleinem<br>Rinderhacksteak, türkische<br>Joghurtsauce,<br>Kaiserbrötchen  | <b>Gebr. Putenbrustfilet<sup>1</sup></b><br>auf Kartoffelsalat <sup>3</sup> ,<br>Dessert   | <b>Heringshappen</b><br>in Apfel-Zwiebelsauce <sup>3/7</sup> ,<br>Schwenkkartoffeln <sup>1/S</sup> ,<br>Dessert 2,0BE  |
| <b>Donnerstag</b> | <b>Gyros-Hacksteak<sup>S</sup></b><br>auf Balkangemüse,<br>Reis,<br>Dessert                                       | <b>Grünkohl</b><br>mit Kochwurst <sup>1/3/S</sup> und<br>Pinkel <sup>S</sup> , Dampfkartoffeln,<br>Dessert                         | <b>Germknödel</b> gefüllt mit<br>Pflaumenmark, an Sauce mit<br>Vanillegeschmack, Dessert<br>5,5 BE Chol. 124mg<br>605Kcal / 2530kJ     | <b>Salat „Hanseatic“</b> ,<br>Kräuterbraten vom Schwein<br>mit Tomate, Gurke,<br>Blattsalate, Apfel-Senf-<br>Dressing, Kaiserbrötchen                | <b>Köfte<br/>(Hackfleischbällchen)</b> ,<br>Türkischer Nudelsalat <sup>3</sup><br>Dessert  | <b>Hähnchenmedaillon</b><br>auf Blumenkohl-Broccoli-<br>gemüse, Sauce <sup>7</sup> , Salz-<br>kartoffeln, Dessert<br>2,0 BE                                  |
| <b>Freitag</b>    | <b>Nackensteak<sup>S</sup></b><br>in Pfeffersauce,<br>Kohlrabigemüse,<br>Risoleekartoffeln,<br>Dessert            | <b>Westfälischer<br/>Bauerneintopf</b><br>mit grünen und weißen<br>Bohnen, Kochwurst <sup>1/3/S</sup> ,<br>Dessert                 | <b>Vollkornnudeln</b><br>mit Tomaten-Gemüsesauce,<br>Dessert<br>5,0 BE Chol. 0 mg<br>407Kcal / 1710kJ                                  | <b>Salat „Bombay“</b> ,<br>Hähncheninnenfilets<br>auf Blattsalat,<br>Sesam-Soja-Dressing,<br>Kaiserbrötchen  | <b>Kotelett<sup>S</sup> paniert</b> ,<br>auf illustriertem<br>Kartoffelsalat <sup>3</sup> , mit<br>Strauchtomaten und<br>Gurken, Senf, Dessert | <b>Erbensuppe</b><br>mit Schnippelwurst <sup>1/3/S</sup> ,<br>Dessert 2,0BE  |
| <b>Samstag</b>    | <b>Seelachsfilet<br/>gedünstet</b><br>in Dillsauce,<br>Stampfkartoffeln,<br>Dessert                               |  |  |  |  | <b>Tomaten-Hackfleisch-<br/>sauce<sup>S</sup></b> mit Gemüse,<br>Gabelspaghetti,<br>Dessert 4,0BE  |
| <b>Sonntag</b>    | <b>Hähnchenbrust</b><br>in Rahmsauce,<br>Rosenkohl,<br>Salzkartoffeln,<br>Dessert                                 |  |  |  |  | <b>Kasseler<sup>1/S</sup></b> auf<br>Wirsingkohlrabm Gemüse,<br>Kartoffelpüree,<br>Dessert 1,5BE   |