

# Menüplan vom 01.12.-07.12.2025

| Caritas-Zentrum<br>Attendorn                                                                                                                                                                                                                                                               | Menü 1                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Menü 2                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MONTAG</b><br>01.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                                | <i>Dieses Menü ist Wunsch eines Kunden des Angebots Essen auf Rädern:</i><br>Mettwurst vom Schwein 3,4<br>Dicke Bohnen G<br>Salzkartoffeln<br>Apfelmusquark G                                                                                                                                                                                                                      | Vegetarische Bolognese (Zucchini, Lauch, Tomate, Möhre, Zwiebeln, gehackte Walnüsse) h3<br>Vollkornnudeln a1<br>Selleriesalat mit Joghurtsoße G,I,10<br>Apfelmusquark G<br> Gesund essen, besser leben. |
| <b>DIENSTAG</b><br>02.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                              | Rührei C,G<br>Rahmspinat a4,G<br>Kartoffelpüree G<br><br>Obstsalat aus Apfel, Birne, Melone, Orange und Trauben                                                                                                                                                                                                                                                                    | Graupeneintopf mit Sellerie, Lauch und Kartoffeln a1,a3 ,I<br> Gesund essen, besser leben.<br><br>Obstsalat aus Apfel, Birne, Melone, Orange und Trauben                                                |
| <b>MITTWOCH</b><br>03.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                              | Rindergeschnetzeltes Stroganoff mit sauren Gürkchen G,10<br>Kaisergemüse (Broccoli, Blumenkohl, Möhren)<br>Kartoffeln<br><br>Milchreis G                                                                                                                                                                                                                                           | Tortilla Kartoffelaufauf C,G<br>(Paprika, Zwiebel, Ei, Milch)<br>Tomatensalat mit Essig-Öl-Soße<br>und Basilikum<br>Milchreis 10<br> Gesund essen, besser leben. G                                      |
| <b>DONNERSTAG</b><br>04.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                            | Hähnchenbrustgeschnetzeltes in süß saurer Soße F<br>Nudeln a1<br>Möhrenrohkost in Joghurtdressing G,10<br> Gesund essen, besser leben.<br>Mandarine                                                                                                                                           | Kaiserschmarrn ohne Rosinen a1, C, G<br>Mirabellenkompott<br><br>Mandarine                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>FREITAG</b><br>05.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                               | Brathering mit Zwiebelsoße a1,D,1,7<br>Kartoffeln<br>Eisbergsalat mit Essig- Senf- Dressing J,10<br> Gesund essen, besser leben. G<br>Erdbeerpudding                                                                                                                                          | Überbackener Tortellini Auflauf mit sahniger Tomatensoße, a1,C,G<br>Paprika und Mais<br><br>Erdbeerpudding G                                                                                                                                                                               |
| <b>SAMSTAG</b><br>06.12.2025                                                                                                                                                                                                                                                               | Linseneintopf mit Suppengemüse (Möhre, Sellerie, Lauch), I<br>Kartoffeln und Kasselerwürfel vom Schwein 2,5,4<br> Gesund essen, besser leben. G<br>Pfirsich Maracuja Joghurt                                                                                                                  | Möhreneintopf mit Kartoffelwürfeln G<br><br>Pfirsich Maracuja Joghurt G                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>2.Advent</b><br><b>SONNTAG</b><br>07.12.2025                                                                                                                                                                                                                                            | Gekochtes Rindfleisch in Meerrettichsoße G,L,10<br>Prinzessbohnen<br>Herzoginkartoffeln<br> Gesund essen, besser leben. G,1<br>Eisbecher Vanille                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Diätanforderungen werden von diesen Menüs abgeleitet. Änderungen vorbehalten!</b>                                                                                                                                                                                                       | Die Angebote mit dem Fit im Alter Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in stationären Senioreneinrichtungen und Essen auf Rädern“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.  Gesund essen, besser leben. | Bei Fragen und Anregungen rund um die Speisversorgung wenden Sie sich bitte an Nadine Neumann (Küchenleitung) im St. Liborius. Telefon: 9541 – 74122<br>Die Legende der Allergene entnehmen Sie bitte den Aushängen.                                                                       |
| <b>Legende zu den Zusatzstoffen: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Nitritpökelsalz, 4) mit Nitrat, 5) mit Phosphat, 6) geschwefelt, 7) mit Süßungsmittel/n, 8) geschwärzt, 9) gewachst, 10) mit Antioxidationsmittel, 11) mit Geschmacksverstärker, 12) mit Alkohol</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |