

# Fit im Alter mit ausgewogener Ernährung!



## Menüplan – Malteser Menüservice »PLUS«



Speiseplan der Menü-Manufaktur Hofmann, zertifiziert nach dem  
»DGE-Qualitätsstandard für Essen auf Rädern«  
(DGE = Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.)



## DGE-zertifizierter Speiseplan »Essen auf Rädern«

Woche 3

Woche xy	Art-Nr.	Bezeichnung	Zusatzstoffe	Kennz.	BE
Montag	4654	<b>Nudel-Gemüseauflauf</b> mit Vollkornnudeln und Mascarponesoße		V	~3,7
	HzSa	<b>Blattsalat mit Essig-Öl-Vinaigrette</b>			~0,9
	HzFJ	<b>Fruchtjoghurt</b>			~1,8
Dienstag	4155	<b>Rindfleisch in Meerrettichsoße</b> Bohngemüse, Salzkartoffeln		R	~2,6
	HzO	<b>Frischobst der Saison</b>			~1,8
Mittwoch	4807	<b>Bunter Gemüseeintopf</b> mit Mini-Hacksteaks		RS	~2,3
	HzVB	<b>Vollkornbrötchen</b>			~1,8
	HZMoPro	<b>Naturjoghurt</b>			~0,5
Donnerstag	4656	<b>Kartoffel-Gemüseauflauf</b> mit Weißkohl, Wirsing, Karotten, Blumenkohl und Erbsen		V	~3,7
	HzO	<b>Frischobst der Saison</b>			~1,8
Freitag	4710	<b>Lachsfilet</b> in Bärlauch-Rahmsoße, Langkorn-Wildreismischung mit Gemüse		F	~3,9
	HzSa	<b>Blattsalat mit Essig-Öl-Vinaigrette</b>			~0,9
Samstag	4636	<b>Gemüseragout</b> mit Petersilienkartoffeln		V	~3,6
	HzSa	<b>Blattsalat mit Essig-Öl-Vinaigrette</b>			~0,9
Sonntag	4226	<b>Jägerschnitzel "natur"</b> vom Schwein, in Champignonrahmsoße, mit Zucchini-Gemüse und Kartoffelpüree		S	~2,3
	HzO	<b>Frischobst der Saison</b>			~1,8

G mit Geflügel; R mit Rindfleisch; S mit Schweinefleisch; V = Vegetarisch; F mit Fisch; A mit Alkohol; K mit Knoblauch

1 mit Farbstoff; 2 mit Konservierungsstoff; 3 mit Antioxidationsmittel; 4 mit Geschmacksverstärkern; 7 mit Nitritpökelsalz; 8 mit Phosphat; 9 mit Süßungsmittel(n)