

# Gut zu wissen...

## CURA Seniorenwohnanlage Haus Lerchenberg

### Menü I: Vollkost

### Menü II: Leichte Vollkost

**MO**

26.03.2018

Gemüse- Kartoffelauflauf mit Käse überbacken und Pestosauce und Salat

j,e,  
1,4

Gemüsestrudel mit Kräutersauce und Salat

a1,  
4,a  
f

Fruchtjoghurt

2,5

Fruchtjoghurt

2,5

Kcal 406 BE 1,4

Kcal 394 BE 0,2

**DI**

27.03.2018

Frikadelle mit Lauchgemüse in Rahm, Salzkartoffeln und Salabeilage  
Nusspudding

2,3  
4,a  
4

Ofenkartoffel mit Kräuterquark, und Salabeilage

b  
f

Kcal 655 BE 2,5

Kcal 513 BE 4,1

**MI**

28.03.2018

Steckrübeneintopf mit Rindfleisch

a1,

Warmer Quarkauflauf mit Aprikosen

a,c  
f

Quarkspeise

4,b

Quarkspeise

4,b

Kcal 442 BE 3

Kcal 649 BE

**DO**

29.03.2018

Pikantes Gulasch mit Salzkartoffeln und gemischtem Salat

a,f  
4  
b

Pfannengemüse mit Kartoffelspalten und gemischtem Salat

3,e  
3,e

Obstdessert

2,f

Obstdessert

2,f

Kcal 820 BE 2,6

Kcal 541 BE 2,1

**FR**

30.03.2018

Fischfilet gedünstet in Dillsauce, mit Salzkartoffeln und Gurkensalat  
Karamellpudding

l,f  
2,4  
4

Kartoffelpuffer mit Apfelmus und Gurkensalat

2

Kcal 509 BE 2,5

Kcal 649 BE

**SA**

31.03.2018

Linseneintopf mit Wiener Würstchen

Grießbrei mit Kirschen

a,b  
f

Eisdessert

Eisdessert

a1,

Kcal 421 BE 0,4

Kcal 618 BE

**SO**

01.04.2018

Spargelcremsuppe  
Lammbraten mit Brechbohnen und Kartoffelgratin

b  
3,e  
b  
b

Spargelcremsuppe  
Fischfilet auf Blattspinat mit Salzkartoffeln

b  
l,f  
4  
4

Schoko- Weinbrandmousse

a,c

Schoko- Weinbrandmousse

a,c

Kcal 772 BE 2,1

Kcal 633 BE 2,5

Alle Nährwertangaben unterliegen saisonalen und regionalen Schwankungen. Die Makronährwerte sind einsehbar. Bewohner mit Diabetes Mellitus Typ 2 können weitgehend beide Speisen wählen. Proteineinheiten (BE) werden berücksichtigt. Diätspeisen werden vom Menü II abgewandelt. Besondere Speisewünsche werden in der Küche gerne entgegen genommen. Änderungen sind vorbehalten.

# Programmorschau

## März 2018

Donnerstag, 8. März

im WG

16:00 Uhr

*Konzert am Nachmittag*

*Das „Konertz – Trio“*

spielt Werke von:

Lehár, Haydn, Brahms, Johann Strauß u. a.



Wolfgang Fries – Violine - Gudrun Reich – Violoncella  
Hans Braun - Klavier

Donnerstag, 15. März

im WG

15:00 Uhr

**Kaffee und Kuchen**

16:00 Uhr

***DONNA-Modenschau***



Donnerstag, 22. März

im WG

15:30 Uhr

**Gemeinsames Kaffeetrinken und um**

16:00 Uhr

**„Frühlingskonzert“**



**Am Flügel Herr Juri Sivak.  
Wir freuen uns mit ihm auf den  
Frühlingsanfang!**

Freitag, 23. März

im GR

18:30 Uhr

**Andacht!**

