



Speisenkarte

# Guten Appetit

—





# Frühstück

Zur Erleichterung Ihrer Auswahl haben wir Ihnen verschiedene Frühstücksvarianten vorbereitet. Bitte wählen Sie sich ein Frühstück aus und ergänzen Sie Ihre Auswahl mit Ihren Wünschen zu Brötchen- und Brotsorten, Streichfett und Joghurt oder Obst. Aus unserem Streichfett, Brötchen- und Brotangebot können Sie in der Regel jeweils bis zu 2 Komponenten auswählen.

## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

wir freuen uns, Ihnen neben medizinischer Hilfe, fachkompetenter Pflege und individueller Aufmerksamkeit auch eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung anbieten zu können. Aus dieser Speisekarte können Sie für jeden Tag Ihre Mahlzeiten individuell entsprechend Ihres Geschmacks und Befindens selbst zusammenstellen.

Die angebotenen Lebensmittel sind sorgfältig für Sie ausgewählt worden. Wir legen sehr viel Wert darauf, auch mit den Speisen und Getränken Ihr Wohlbefinden zu fördern, um damit einen Beitrag für Ihren Genesungsprozess zu leisten. Darum werden bei den Mittagmenüs keine Geschmacksverstärker, Konservierungsstoffe (mit Ausnahme von Nitritpökelsalz), keine künstlichen Farbstoffe oder Aromen verwendet. Es wird ausschließlich Fleisch mit nachgewiesener Herkunft eingesetzt.

Das Speisenangebot basiert auf dem Helios Konzept Speiserversorgung, in dem auch diagnosebezogene (Ernährungs-)Kostformen berücksichtigt werden. Wurde von Ihrem Arzt aufgrund Ihrer Diagnose eine bestimmte Ernährung verordnet, ist diese für Sie bindend.

Bei Ihrer Auswahl aus der Speisekarte unterstützen Sie gern unsere geschulten Mitarbeiter der Pflege oder Servicebereiche. Ist es Ihnen einmal nicht möglich, zur Bestellung auf der Station zu sein, empfehlen wir Ihnen, Ihre Auswahl vorab zu notieren und im Zimmer auf dem Nachttisch zu hinterlegen. Einen entsprechenden Notizzettel erhalten Sie auf Ihrer Station. Ist auch das nicht möglich, servieren wir Ihnen unsere Tagesempfehlung.

Einen „Guten Appetit“ und gute Besserung wünschen Ihnen die

Helios Kliniken

### Das Süße

- Brötchen / Brot
- Streichfett
- Konfitüre
- Honig

### Käsefrühstück

- Brötchen / Brot
- Streichfett
- Quark Natur
- Schnittkäse
- Konfitüre

### Das Herzhafte

- Brötchen / Brot
- Streichfett
- Wurstaufschnitt
- Streichwurst

### Das Komplette

- Brötchen / Brot
- Streichfett
- Wurstaufschnitt
- Schnittkäse
- Konfitüre

### Der Vegetarier

- Brötchen oder Brot
- Streichfett
- vegetarischer Aufstrich
- Gemüsebeilage

## Unsere Komponentenauswahl für Sie:

### Brötchen und Brot

- Weizenbrötchen
- Mehrkornbrötchen
- Mischbrot
- Mehrkornbrot
- Weißbrot
- Knäckebrötchen

### Streichfett

- Butter
- Margarine

### Joghurt

- Naturjoghurt
- Fruchtjoghurt
- Obst

### Heiß- und Kaltgetränke

- Kaffee oder koffeinfreier Kaffee
- Milch / Kakao
- Schwarztee, Kräutertee
- Pfefferminztee, Früchtetee
- Kamillentee, Fencheltee

### Getränkebeilagen

- Kaffeesahne
- Zucker
- Süßstoff

# Mittagessen

Bitte wählen Sie täglich aus unseren drei Menüvorschlägen. Wenn Ihnen unsere Menüauswahl einmal nicht zusagt, können Sie sich aus diesen Komponenten Ihr Mittagessen selbst zusammenstellen.



## Unsere Menüauswahl für Sie:

### Aus dem Suppentopf:

#### Menü 1:

Hühnersuppentopf mit Nudeln und Gemüse

#### Menü 2:

Linseneintopf mit Würstcheneinlage

### Süßspeisen:

#### Menü 3:

Milchreis mit Kompott

#### Menü 4:

Pfannkuchen mit Apfelfüllung und Vanillesoße

### Vegetarische Gerichte:

#### Menü 5:

Spaghetti mit Tomaten-Kräutersoße und kleinem Salat

#### Menü 6:

Nudelpfanne in einer leichten Gemüsesoße

#### Menü 7:

Omelette mit Gemüsefüllung und Kartoffelpüree

#### Menü 8:

Kartoffeltaschen mit Rahmgemüse

### Unsere Klassiker :

#### Menü 9:

Frikassee vom Huhn mit Möhrengemüse und Reis

#### Menü 10:

Hähnchentaler in leichter Soße mit Broccoli und Tomatenwürfeln, dazu Bandnudeln

#### Menü 11:

Königsberger Klopse (Rind und Kalb) mit Kapernsoße, dazu Möhrengemüse und Kartoffelpüree

#### Menü 12:

Schweinebraten mit pikanter Soße, dazu Blumenkohl und Kartoffeln

#### Menü 13:

Hacksteak vom Schwein mit Rotkohl und Kartoffeln

#### Menü 14:

Kasseler mit Sauerkraut und Kartoffelpüree

#### Menü 15:

Alaska-Seelachsfilet mit Dillsoße, dazu Spinat und Kartoffeln

## Unsere Komponentenauswahl für Sie:

### Hauptkomponenten mit Soße

- Gedünstetes Fischfilet mit weißer Soße
- Rindergulasch
- Bratwürstchen mit brauner Soße
- Gebratene Putenstreifen mit Tomatensoße
- Rühreier

### Gemüse

- Fingermöhren
- Rahmspinat
- Broccoliröschen
- Erbsen- und Karottengemüse

### Soßen

- Braune Soße
- Weiße Soße
- Tomatensoße

### Beilagen

- Kartoffeln
- Kartoffelpüree
- Nudeln
- Langkornreis

### Dessert

- Obst
- Tagesdessert

# Abendessen

Zur Erleichterung Ihrer Auswahl haben wir Ihnen verschiedene Abendmenüs vorbereitet. Bitte wählen Sie sich ein Abendessen aus und ergänzen Sie Ihre Auswahl mit Ihren Wünschen zu Streichfett, Brotsorten und einer Abendbeilage. Aus unserem Streichfett und Brotangebot können Sie in der Regel jeweils bis zu 2 Komponenten auswählen.

## Unsere Menüauswahl für Sie:

### Der Klassiker

Wurstaufschnitt und Käseaufschnitt

### Herzhaftes Abendessen

Gemischter Wurstaufschnitt

### Käseteller

Gemischter Käseteller

### Das Rustikale

Hausmacher Teller mit Leberwurst, Rotwurst, Schnittkäse

### Aus dem Garten

Bunter Salatteller der Saison

## Unsere Komponentenauswahl für Sie:

### Brot:

- Mischbrot
- Mehrkornbrot
- Weißbrot
- Knäckebrot

### Streichfett

- Butter
- Margarine

### Beilagen

- Gewürzgurke
- Kirschtomaten
- Vegetarischer Aufstrich
- Kleiner Salat

### Tee

- Schwarztee, Kräutertee
- Pfefferminztee, Früchtetee
- Kamillentee, Fencheltee

### Getränkebeilagen

- Zucker
- Süßstoff

# Deklaration unserer Lebensmittel

## Frühstück / Abendkomponenten:

Brot, Brötchen „enthält“: 11, 11a, 11b, 11c, 11d

### Wurstaufschnitt:

Brühwurst „enthält“: 2, 3, 8, 21  
 Rohwurst „enthält“: 2, 3, 17, 18  
 Kochwurst „enthält“: 2, 3, 8  
 Käseaufschnitt „enthält“: 1, 17  
 Streichkäse „enthält“: 17, 18

Das Süße „enthält“: 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 18  
 Käsefrühstück „enthält“: 1, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 18  
 Das Herzhafte „enthält“: 2, 3, 8, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 18, 21

Der Klassiker „enthält“: 1, 2, 3, 8, 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 18, 21

Der Vegetarier „enthält“: 11, 11a, 11b, 11c, 11d, 17, 18

## Mittagessen:

### Aus dem Suppentopf:

Menü 1: „enthält“: 11, 11a, 13  
 Menü 2: „enthält“: 2, 20

### Süßspeisen:

Menü 3: „enthält“: 17, 18  
 Menü 4: „enthält“: 11, 11a, 13, 17, 18

### Vegetarische Gerichte:

Menü 5: „enthält“: 11, 11a  
 Menü 6: „enthält“: 11, 11a, 17, 18  
 Menü 7: „enthält“: 11, 11a, 13, 17, 18  
 Menü 8: „enthält“: 17, 18

### Unsere Klassiker:

Menü 9: „enthält“: 17, 18  
 Menü 10: „enthält“: 11, 11a, 13, 17, 18  
 Menü 11: „enthält“: 11, 11a, 13, 17, 18, 20  
 Menü 12: „enthält“: 20  
 Menü 13: „enthält“: 11, 11a, 13, 20  
 Menü 14: „enthält“: 2, 3, 20  
 Menü 15: „enthält“: 11, 11a, 13, 14, 17, 18, 21

### Einzelkomponenten Mittagessen:

ged. Fischfilet „enthält“: 14, 17, 18, 20, 21  
 Bratwürstchen „enthält“: 20  
 Gulasch „enthält“: 20  
 Rührei „enthält“: 13, 17, 18  
 Püree „enthält“: 17  
 Nudeln „enthält“: 11, 11a, 17  
 Rahmspinat „enthält“: 17, 18, 20  
 Weiße Soße „enthält“: 17, 18  
 Braune Soße „enthält“: 20

## Dessert des Tages:

Milchprodukt „enthält“: 1, 11, 11a, 13, 17, 18

## Abendessenmenüs:

Der Klassiker „enthält“: 1, 2, 3, 8, 17, 18, 21  
 Herzhaftes Abendessen „enthält“: 2, 3, 8, 21  
 Käseteller „enthält“: 1, 17, 18  
 Der Rustikale „enthält“: 1, 2, 3, 8, 17  
 Aus dem Garten „enthält“: 1, 2, 3, 9, 13, 17, 18, 20, 21

## Abendessenkomponenten:

Gewürzgurke „enthält“: 2, 9  
 Veg. Brotaufstrich „enthält“: 1, 16  
 Salatschale „enthält“: 1, 2, 3, 9, 13, 17, 18, 20, 21

## Legende:

„enthält“ **1** mit Farbstoff; **2** mit Konservierungsstoff; **3** mit Antioxidationsmittel; **4** mit Geschmacksverstärker; **5** geschwefelt; **6** geschwärzt; **7** gewachst; **8** mit Phosphat; **9** mit Süßungsmittel;  
**Allergene:** **11** Gluten **a)** Weizen **b)** Roggen **c)** Gerste **d)** Hafer **e)** Dinkel **f)** Kamut oder **g)** Hybridstämme; **12** Krebstiere; **13** Eier; **14** Fisch; **15** Erdnüsse; **16** Sojabohnen; **17** Milch; **18** Laktose; **19** Schalenfrüchte **a)** Mandeln **b)** Haselnüsse **c)** Walnüsse **d)** Cashewnüsse **e)** Pecannüsse **f)** Paranuss **g)** Pistazien **h)** Macadamia oder Queensland Nüsse; **20** Sellerie; **21** Senf; **22** Sesamsamen; **23** Schwefeldioxid und Sulfit >10mg/kg (SO<sub>2</sub>); **24** Lupinen; **25** Weichtiere

Zu den enthaltenen Nährwerten fragen Sie bitte unsere Mitarbeiter.

Eine Nennung von Allergenen erfolgt, wenn die bezeichneten Stoffe oder daraus hergestellte Erzeugnisse als Zutat im Endprodukt enthalten sind. Trotz sorgfältiger Herstellung unserer Gerichte können neben den gekennzeichneten Zutaten Spuren anderer Stoffe enthalten sein, die im Produktionsprozess in der Küche verwendet werden.



