

GENUSS IN
VERTRAUTER FORM

Alle Gerichte
sind dem bekannten
visuellen Eindruck
nachempfunden.

SANDER

3-Wochen-Speiseplan Dysphagie

Abwechslung & Vielfalt

3-Wochen-Speiseplan Dysphagie

Woche 1 - Kompletter Tag

Beispiel für
eine komplette
Woche

	Frühstück	Mittag	Nachmittag	Abend	
Montag	FRÜHSTÜCK SÜSS a, a1, g kJ 477 / kcal 114 / Fett 4,3 g, davon ges. Fetts. 1,3 g / Kohlenhydrate 15,0 g, davon Zucker 9,6 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,40 g	BRATWURST mit Rahmsauce, dazu Möhrengemüse und Kartoffelpüree c, f, g, j/3, 8 kJ 1546 / kcal 369 / Fett 24,7 g, davon ges. Fetts. 12,2 g / Kohlenhydrate 17,4 g, davon Zucker 7,0 g / Eiweiß 19,2 g / Salz 2,37 g		ERDBEER-RHABARBER-KUCHEN c, g/1 kJ 703 / kcal 168 / Fett 10,4 g, davon ges. Fetts. 4,2 g / Kohlenhydrate 12,8 g, davon Zucker 9,5 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 0,12 g	ROGGENMISCHBROTSCHEIBEN mit Tomate-Mozzarella a, a1, a2, f, g, l/1 kJ 823 / kcal 197 / Fett 16,5 g, davon ges. Fetts. 4,2 g / Kohlenhydrate 7,7 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,13 g
Dienstag	ROGGENMISCHBROTSCHEIBEN mit Geflügelschinken a, a1, a2, f, g kJ 742 / kcal 177 / Fett 14,3 g, davon ges. Fetts. 3,8 g / Kohlenhydrate 5,9 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,21 g	TOPFENKNÖDEL MIT CASSIS mit Obstsalat und Vanillesauce c, g/1 kJ 1501 / kcal 358 / Fett 18,9 g, davon ges. Fetts. 10,0 g / Kohlenhydrate 38,5 g, davon Zucker 28,9 g / Eiweiß 7,6 g / Salz 0,29 g		SCHOKOKUCHEN a, a1, c, g kJ 948 / kcal 226 / Fett 14,3 g, davon ges. Fetts. 6,1 g / Kohlenhydrate 16,3 g, davon Zucker 10,8 g / Eiweiß 8,3 g / Salz 0,26 g	WIENER WURST mit Kartoffelsalat c, g, j/2, 3 kJ 675 / kcal 161 / Fett 12,3 g, davon ges. Fetts. 5,0 g / Kohlenhydrate 4,7 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 8,2 g / Salz 1,19 g
Mittwoch	ROGGENMISCHBROTSCHEIBEN natur mit Fruchtgelee a, a1, a2, f, g kJ 561 / kcal 134 / Fett 7,4 g, davon ges. Fetts. 3,9 g / Kohlenhydrate 9,4 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,18 g	RINDERGULASCH mit brauner Sauce, dazu Apfelrotkohl und Pariser Salzkartoffeln c, g, i / 3 kJ 1471 / kcal 351 / Fett 19,5 g, davon ges. Fetts. 5,9 g / Kohlenhydrate 25,9 g, davon Zucker 11,4 g / Eiweiß 17,7 g / Salz 4,31 g		KIRSCHSTREUSEL a, a1, g, c kJ 642 / kcal 153 / Fett 5,9 g, davon ges. Fetts. 3,6 g / Kohlenhydrate 21,7 g, davon Zucker 12,1 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 0,22 g	CHAMPIGNONRAHMSUPPE HOCHKALORISCH g kJ 589 / kcal 141 / Fett 12,7 g, davon ges. Fetts. 5,4 g / Kohlenhydrate 6,1 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,84 g
Donnerstag	FRÜHSTÜCK SÜSS a, a1, g kJ 477 / kcal 114 / Fett 4,3 g, davon ges. Fetts. 1,3 g / Kohlenhydrate 15,0 g, davon Zucker 9,6 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,40 g	HÄHNCHENBRUST mit weißer Sauce, dazu Erbsen-Möhren-Gemüse und Kartoffelpüree c, g kJ 1325 / kcal 317 / Fett 22,3 g, davon ges. Fetts. 10,8 g / Kohlenhydrate 15,6 g, davon Zucker 5,4 g / Eiweiß 13,3 g / Salz 3,20 g		APFELSTRUDEL mit Vanillesauce c, g /1, 3 kJ 667 / kcal 160 / Fett 19,4 g, davon ges. Fetts. 5,0 g / Kohlenhydrate 15,4 g, davon Zucker 11,7 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,12 g	WIENER WURST mit Nudelsalat a, a1, c, g, j/1, 2, 3 kJ 983 / kcal 235 / Fett 18,6 g, davon ges. Fetts. 6,1 g / Kohlenhydrate 6,7 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 10,5 g / Salz 1,82 g
Freitag	ROGGENMISCHBROTSCHEIBEN mit Geflügelsalami a, a1, a2, f, g, j kJ 770 / kcal 184 / Fett 14,8 g, davon ges. Fetts. 4,0 g / Kohlenhydrate 5,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 7,3 g / Salz 1,34 g	LACHS mit Zitronensauce, dazu Brokkoli und Reis c, d, f, g kJ 1673 / kcal 400 / Fett 26,0 g, davon ges. Fetts. 10,8 g / Kohlenhydrate 20,0 g, davon Zucker 6,7 g / Eiweiß 21,0 g / Salz 4,00 g		ERDBEER-RHABARBER-KUCHEN c, g/1 kJ 703 / kcal 168 / Fett 10,4 g, davon ges. Fetts. 4,2 g / Kohlenhydrate 12,8 g, davon Zucker 9,5 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 0,12 g	ROGGENMISCHBROTSCHEIBEN mit Tomate-Mozzarella a, a1, a2, f, g, l/1 kJ 823 / kcal 197 / Fett 16,5 g, davon ges. Fetts. 4,2 g / Kohlenhydrate 7,7 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,13 g
Samstag	FRÜHSTÜCK SÜSS a, a1, g kJ 477 / kcal 114 / Fett 4,3 g, davon ges. Fetts. 1,3 g / Kohlenhydrate 15,0 g, davon Zucker 9,6 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,40 g	WIENER WURST mit brauner Sauce, dazu Wirsing und Pariser Salzkartoffel c, g, i/2, 3 kJ 1438 / kcal 344 / Fett 22,1 g, davon ges. Fetts. 8,0 g / Kohlenhydrate 18,8 g, davon Zucker 7,5 g / Eiweiß 17,1 g / Salz 3,70 g		SCHOKOKUCHEN a, a1, c, g kJ 948 / kcal 226 / Fett 14,3 g, davon ges. Fetts. 6,1 g / Kohlenhydrate 16,3 g, davon Zucker 10,8 g / Eiweiß 8,3 g / Salz 0,26 g	TOMATENCREMESUPPE HOCHKALORISCH g kJ 551 / kcal 132 / Fett 10,3 g, davon ges. Fetts. 3,9 g / Kohlenhydrate 8,2 g, davon Zucker 5,5 g / Eiweiß 1,8 g / Salz 0,49 g
Sonntag	ROGGENMISCHBROTSCHEIBEN natur mit Fruchtgelee a, a1, a2, f, g kJ 561 / kcal 134 / Fett 7,4 g, davon ges. Fetts. 3,9 g / Kohlenhydrate 9,4 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,18 g	SCHWEINEBRATEN mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Kartoffelpüree c, g, i kJ 1295 / kcal 309 / Fett 17,7 g, davon ges. Fetts. 7,0 g / Kohlenhydrate 18,9 g, davon Zucker 6,9 g / Eiweiß 17,7 g / Salz 2,66 g		KIRSCHSTREUSEL a, a1, g kJ 642 / kcal 153 / Fett 5,9 g, davon ges. Fetts. 3,6 g / Kohlenhydrate 21,7 g, davon Zucker 12,1 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 0,22 g	WIENER WURST mit Kartoffelsalat c, g, j/2, 3 kJ 675 / kcal 161 / Fett 12,3 g, davon ges. Fetts. 5,0 g / Kohlenhydrate 4,7 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 8,2 g / Salz 1,19 g

ALLERGENE

a Glutenhaltiges | a.1 Weizen | a.2 Roggen | b Krebstiere | c Eier | d Fische | e Erdnüsse | f Sojabohnen | g Milch | h Schalenfrüchte | h.1 Mandeln

i Sellerie | j Senf | k Sesamsamen | l Schwefeldioxid und Sulfite | m Lupinen | n Weichtiere

Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100 g. Nährwerte ohne Brotbeilage berechnet.

3-Wochen-Speiseplan Dysphagie

Woche 2 - Mittagessen

Montag

KASSLER

mit brauner Sauce, dazu Sauerkraut und Pariser Salzkartoffeln

c, g, i / 2, 3, 8

kJ 1439 / kcal 344 / Fett 19,8 g, davon ges. Fetts. 8,1 g / Kohlenhydrate 21,0 g, davon Zucker 7,8 g / Eiweiß 20,0 g / Salz 3,68 g



Dienstag

GEMÜSEFRIKADELLE

mit Tomaten-Basilikum-Sauce, dazu Reis und Brokkoli

c, g, i, j

kJ 1216 / kcal 291 / Fett 17,9 g, davon ges. Fetts. 7,1 g / Kohlenhydrate 19,1 g, davon Zucker 8,4 g / Eiweiß 12,0 g / Salz 3,45 g



Mittwoch

BŒUF „STROGANOFF“

mit Rahmsauce, dazu Spätzle und Gurkensalat

a, a1, c, g, j / 3

kJ 1763 / kcal 421 / Fett 31,7 g, davon ges. Fetts. 12,9 g / Kohlenhydrate 18,0 g, davon Zucker 9,6 g / Eiweiß 16,2 g / Salz 4,23 g



Donnerstag

GEFLÜGELBRATEN

mit Geflügeljus, dazu Möhrengemüse und Pasta

c, g

kJ 1614 / kcal 386 / Fett 25,0 g, davon ges. Fetts. 11,2 g / Kohlenhydrate 21,6 g, davon Zucker 7,3 g / Eiweiß 18,6 g / Salz 4,56 g



Freitag

SEELACHS

mit weißer Sauce, dazu Erbsen und Reis

c, d, f, g

kJ 1429 / kcal 341 / Fett 22,0 g, davon ges. Fetts. 11,1 g / Kohlenhydrate 22,4 g, davon Zucker 5,5 g / Eiweiß 13,3 g / Salz 3,75 g



Samstag

EIER

mit Senfsauce, dazu Rahmspinat und Pariser Salzkartoffeln

c, g, j

kJ 1392 / kcal 332 / Fett 19,7 g, davon ges. Fetts. 6,5 g / Kohlenhydrate 24,5 g, davon Zucker 19,6 g / Eiweiß 11,8 g / Salz 3,32 g



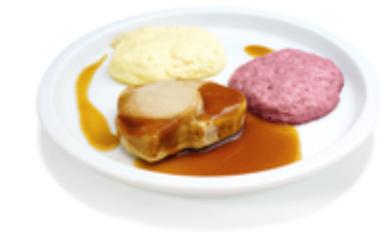
Sonntag

RINDERBRATEN

mit brauner Sauce, dazu Apfelrotkohl und Spätzle

a, a1, c, g, i / 3

kJ 1735 / kcal 415 / Fett 25,2 g, davon ges. Fetts. 9,5 g / Kohlenhydrate 24,9 g, davon Zucker 10,7 g / Eiweiß 21,7 g / Salz 4,06 g



KENNEICHNUNG DER ZUSATZSTOFFE (laut Zusatzstoff-Zulassungsverordnung – ZZuLV / § 9)

1 mit Farbstoff | 2 mit Konservierungsstoff oder konserviert | 3 mit Antioxidationsmitteln | 4 mit Geschmacksverstärker | 5 geschwefelt | 6 geschwärzt | 7 gewachst | 8 mit Phosphat (bei Fleischerzeugnissen) | 9 Stärke (bei Fleischerzeugnissen) | 10 mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen) | 11 mit Süßungsmitteln | 12 mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln | 13 enthält eine Phenylalaninquelle | 14 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken | 15 chininhaltig | 16 koffeinhaltig | 17 bestrahlt | 18 gentechnisch verändert

Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100 g. Nährwerte ohne Brotbeilage berechnet.

3-Wochen-Speiseplan Dysphagie

Woche 3 - Mittagessen

Montag

PUTENSCHNITZEL

mit Geflügeljus, dazu Tomaten-Zucchini-Gemüse und Pariser Salzkartoffeln

c, g, j

kJ 1365 / kcal 326 / Fett 20,0 g, davon ges. Fetts. 7,6 g / Kohlenhydrate 20,5 g, davon Zucker 8,8 g / Eiweiß 15,8 g / Salz 5,04 g



Dienstag

KAISERSCHMARRN

mit Vanillesauce und Apfelmus

a, a1, c, g /3

kJ 1739 / kcal 415 / Fett 22,2 g, davon ges. Fetts. 11,6 g / Kohlenhydrate 44,5 g, davon Zucker 39,7 g / Eiweiß 8,8 g / Salz 0,28 g



Mittwoch

HÜHNERFRIKASSE

mit weißer Sauce, dazu Erbsen und Reis

c, f, g /3

kJ 1617 / kcal 386 / Fett 25,8 g, davon ges. Fetts. 12,0 g / Kohlenhydrate 24,0 g, davon Zucker 6,5 g / Eiweiß 14,2 g / Salz 4,07 g



Donnerstag

BRATWURST

mit brauner Sauce, dazu Wurzelgemüse und Kartoffelpüree

c, g, i /3, 8

kJ 1309 / kcal 313 / Fett 18,5 g, davon ges. Fetts. 8,3 g / Kohlenhydrate 18,9 g, davon Zucker 7,8 g / Eiweiß 17,1 g / Salz 3,27 g



Freitag

FISCHRAGOUT

mit Tomatensauce, dazu Pariser Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat

d, c, g, i

kJ 1012 / kcal 242 / Fett 12,5 g, davon ges. Fetts. 4,9 g / Kohlenhydrate 18,9 g, davon Zucker 9,7 g / Eiweiß 12,0 g / Salz 3,94 g



Samstag

RINDERFRIKADELLE

mit braune Sauce, dazu Pasta und Gurkensalat

a, a1, c, f, g, j, 3

kJ 1732 / kcal 414 / Fett 25,2 g, davon ges. Fetts. 10,6 g / Kohlenhydrate 24,2 g, davon Zucker 8,0 g / Eiweiß 22,3 g / Salz 3,83 g



Sonntag

KALBSRAHMBRATEN

mit Rahmsauce, dazu Kohlrabi und Pariser Salzkartoffeln

c, f, g, j

kJ 1322 / kcal 316 / Fett 19,6 g, davon ges. Fetts. 7,0 g / Kohlenhydrate 16,2 g, davon Zucker 7,2 g / Eiweiß 18,4 g / Salz 3,69 g



KENNEICHNUNG DER ZUSATZSTOFFE (laut Zusatzstoff-Zulassungsverordnung – ZZuLV / § 9)

1 mit Farbstoff | **2** mit Konservierungsstoff oder konserviert | **3** mit Antioxidationsmitteln | **4** mit Geschmacksverstärker | **5** geschwefelt | **6** geschwärzt | **7** gewachst | **8** mit Phosphat (bei Fleischerzeugnissen) | **9** Stärke (bei Fleischerzeugnissen) | **10** mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen) | **11** mit Süßungsmitteln | **12** mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln | **13** enthält eine Phenylalaninquelle | **14** kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken | **15** chininhaltig | **16** coffeinhaltig | **17** bestrahlt | **18** gentechnisch verändert

Die Nährwertangaben beziehen sich auf die durchschnittlichen Analysewerte pro 100 g. Nährwerte ohne Brotbeilage berechnet.

Ergänzende Produkte für eine ganzheitliche Verpflegung

Rundum versorgt - rundum lecker

Für
morgens & abends



SÜSSES & HERZHAFTES
FRÜHSTÜCK SOWIE
DIVERSE BROTSCHNITTEN
MIT & OHNE BELAG

Saisonales für
das ganze Jahr



VON SPARGEL ÜBER KÜRBIS-
ROSENKOHL-GEMÜSE BIS HIN
ZUR GANS - UND MEHR

Beliebte Klassiker:
Salate



AUCH KALT SERVIERBAR UND
ALS BEILAGE EIN ECHTER
GENUSS

Vorbereitete
Menüs

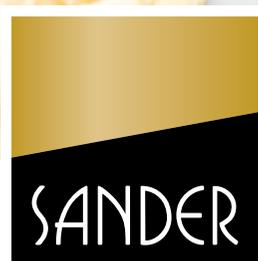


DIE PERFEKTE ERGÄNZUNG:
PÜRIERTE GERICHTE AUS DER
MENÜSCHALE



Das komplette Dysphagie-Sortiment finden Sie im Bereich „SONDERKOST“ in unserem Webshop unter:

shop.sander-gruppe.com



Sander Gourmet GmbH

Industriepark 12 · D-56291 Wiebelsheim

Tel. +49 (0) 6766 9303-333 · **Fax** +49 (0) 6766 9303-45

Mail kontakt@sander-gourmet.com · **Web** www.sander-gourmet.com