



Speisekarte Wahlleistungen

Frühstück

Wählen Sie hier aus unseren besonderen Arrangements...

Bistro-Frühstück

- 1 Croissant ^(a1, F)
- 1 Portion Konfitüre, zuckerreduziert
- 1 Portion Bienenhonig
- Obstsalat

Mediterranes Frühstück

- 1 Ciabatta-Brötchen ^(a1)
- 1 Portion Konfitüre, zuckerreduziert
- 1 Scheibe Pastrami vom Rind ^(3, I)
- 4 Scheiben Tomate mit Mozzarella ^(F1)

Westfälisches Frühstück

- 1 helles Brötchen ^(a1, a2, F)
- 1 Scheibe Schwarzbrot ^(a2, a3)
- 1 Scheibe Westfälischer Knochenschinken ^(2, 3)
- 1 Scheibe Kochschinken ⁽³⁾
- 1 Portion Kalbsleberwurst ^(2, 3, 7)
- 1 gekochtes Ei ^(C)

Fitnessfrühstück

- 1 Vollkornbrötchen ^(a1, a2, a3, J, N)
- 1 Scheibe Roggenknäckebröt ^(a3, F, J)
- 1 Scheibe Bergkäse ^(F)
- 1 Portion Schnittlauchfrischkäse ^(F)
- 1 Portion Bienenhonig
- 1 Bircher Müsli ^(a4, a5, F)
- 1 Tomate, 1 gekochtes Ei ^(C)

Oldenburger Frühstück

- 1 Mehrkornbrötchen ^(a1, a2, a3, F, J)
- 1 Scheibe Dreikornbrot ^(a1, a2, a3)
- 1 Scheibe Tilsiter ^(F)
- 1 Portion Lachsschinken ^(2, 3)
- 1 Rührei mit gebratenem Frühstücksspeck ^(2, 6, C, F)

Französisches Frühstück

- 1 kleines Baguette-Brötchen ^(a1)
- 1 Croissant ^(a1, F)
- 1 Portion luftgetrocknete Mettwurst ^(3, 7, F)
- 1 Stück Camembert ^(F)
- 1 Konfitüre, zuckerreduziert
- 1 Omelette mit Pilzen ^(C, F)

Frühstück an der See

- 1 helles Brötchen ^(a1, a2, F)
- 1 Scheibe Dreikornbrot ^(a1, a2, a3)
- 1 Portion Konfitüre, zuckerreduziert
- 1 Portion Räucherlachs ^(D)
- 1 Portion Sahne-Meerrettich ^(3, 4, 9, F)
- 1 Rührei mit Krabben ^(B, C, F)

Genießer-Frühstück

- 1 Dinkelbrötchen ^(a1, a2, a4, F)
- 1 Scheibe Butterkäse ^(F1)
- 1 Scheibe Kochschinken ^(2, 3)
- 1 Portion Konfitüre, zuckerreduziert
- 1 Joghurt mit Fruchtpüree ^(F)
- 1 gekochtes Ei ^(C)
- 1 Orangensaft



...oder wählen Sie Ihr Frühstück
aus unseren Standard-Frühstück-Angeboten.

Sendenhorster Frühstück

1 helles Brötchen (a1, a2, F)
1 Scheibe Bergkäse (F)
1 Konfitüre, zuckerreduziert
Magerquark (F)

Guten-Morgen- Frühstück

1 Dinkelbrötchen (a1, a2, a4, F)
1 Portion luftgetrocknete
Mettwurst (3, 7, F)
1 Scheibe Gouda (F1)

Vegetarisches Frühstück

1 Vollkornbrötchen (a1, a2, a3, J, N)
1 Scheibe Butterkäse (F1)
1 Portion Frischkäse (F)
1 Konfitüre, zuckerreduziert

Zu den Standard-Frühstücks-Angeboten können Sie
folgende Ergänzungen vornehmen:

Streichfett

Butter 20g (F)
Diätmargarine 20g (1)
Diäthalbfettmargarine 10g

Besonderheiten

Gekochtes Ei (C)
Rührei (C, F)
Bircher-Müsli (a4, a5, F)
Flockenmüsli (a4, a5)
mit Naturjoghurt (F)
Cornflakes (a2)
mit Milch, 1,5% Fett (F)
Obstschale (8)
Gewürzgurke (9, I)
Tomate

Brot

Graubrot (a1, a2, a3)
Dinkelbrot (a4)
Dreikornbrot (a1, a2, a3)
Vollkornbrot (a1, a2, a3)
Laugenstange (a1, a2, F)
Dreispeitzbrötchen (a1, a2, a3, a5, F, J)
Roggenknäckebrot (a3, F, J)
Rosinenbrot (a1, F) (sonntags)

Aufschnitt/Aufstrich

Brie (F)
Vegetarischer Aufstrich
Putenbrust (2, 3, 6)
Leberwurst (2, 3, 7)
Cervelatwurst (1, 3)
Nusscreme (F, g2)
Bienenhonig

Getränke

Kaffee
Koffeinfreier Kaffee
Schwarzer Tee
Rooibos-Tee
Grüner Tee
Hagebutten-Tee
Früchte-Tee
Pfefferminz-Tee
Fenchel-Tee
Kamillen-Tee
Orangensaft
Apfelsaft
Multivitaminsaft (3)
Tomatensaft
Karottensaft
Malzbier (a2)
Milch, 3,5% Fett (F)
Kakao, 3,5% Fett (10, F)
Kaffeemilch (F)
Zucker oder Süßstoff (9)
Zitronensaft

Zwischenmahlzeit

Buttermilch (F)
Fruchtjoghurt (F)
Naturjoghurt (F)

Saisonobst
oder wahlweise:
Apfel (8), Apfelsine (8), Banane
Birne (8), Melone, Weintrauben

Obstkompott,
leicht gezuckert (10)
Pflaumensaft

Mittagessen

Wählen Sie hier aus unseren besonderen Arrangements...

Bunter Salatteller ^(1, 3)
mit Hähnchenbruststreifen
Joghurt-Dressing ^(1, 3, 4, 10, a1, C, F, I)
und Brötchen ^(a1, a2, a3, F, J)

Mediterraner Blattsalatteller mit Räucherlachs ^(D)
dazu Oliven ⁽⁵⁾, Fetakäse ^(F)
eingelegte Tomaten ⁽³⁾ und Vinaigrette ^(10, I)

Buntbarschfilet ^(D)
mit Kokos-Curry-Sauce ⁽³⁾
und Asia-Gemüse-Reis ^(2, 7, I, N)

Lachsfilet ^(D)
unter der Kräuterkruste ^(a1, F)
an Weißweinsauce ^(13, C)
mit Kartoffeln und Blattspinat

Hausgemachter Grünkernbratling ^(a1, a4, C)
mit Waldpilzragout ^(F)

Ricotta-Ravioli
in Kräutersauce ^(6, a1, C, F)
an Tomaten-Basilikum-Ragout ⁽¹⁰⁾

Gebratenes Schnitzel vom Schwein ^(a1, C)
mit Rahmchampignons ^(F), Röstitalern ^(1, F)
und Romanesco-Gemüse

Hähnchenbrust
in Curryfruchtsauce
mit Butterreis ^(F) und bunten Möhren

Kalbsgeschnetzeltes „Züricher Art“ ^(2, 3, F)
dazu Bandnudeln ^(a1) und Brokkoli
mit Buttermandeln ^(F, g1)

Geschmorte Rinderroulade ^(1, 2, 3, I)
mit Kartoffelpüree ^(F) und Preiselbeerrotkohl

Tafelspitz mit Meerrettichsauce ^(a1, F, H, I)
dazu Bouillonkartoffeln
mit Wurzelgemüse ^(H, K)

... oder wählen Sie ein Standard-Menü*
aus unserem Speiseplan.

Gutbürgerliche Küche

mit Tagessuppe oder
Vorspeisensalat
und Dessert

Leicht und Lecker

mit Tagessuppe oder
Vorspeisensalat
und Dessert

Vegetarisch Gesund

mit Tagessuppe oder
Vorspeisensalat
und Dessert

Darüber hinaus stehen Ihnen
folgende Vorspeisen und Desserts zur Auswahl:

Vorspeisen

Bouillonsuppe ^(H)
Cremesuppe ^(H)
Vorspeisensalat ^(1, 3, 4, 10, a1 C, F, I)
Dreierlei Antipasti ⁽³⁾
Tomate-Mozzarella mit
Balsamico-Creme ^(3, F1)

Desserts

Herrencreme ^(13, F, N)
Sahnequarkspeise mit Obst ^(F)
Eiscreme ^(1, F, N)
Milchreis mit Erdbeermark ^(F)
Rote Grütze mit
Schmand ^(F)

Kaffeemahlzeit*

Getränke

Kaffee
Koffeinfreier Kaffee
Verschiedene Teesorten
Kaffeemilch
Zucker oder Süßstoff

Gebäck

Kuchenteilchen
Rührkuchen
Sahneteilchen
Strietzel
Obstkuchen

Obst

Frischobst

Zwischendurch und für Ihre Besucher

Sie können zwischen den Mahlzeiten auf frisches Obst
und kalte Erfrischungsgetränke sowie Snacks zugreifen.
Damit sich auch Ihre Besucher bei uns wohlfühlen, bringen wir Ihnen gerne kalte
alkoholfreie Getränke und zur Nachmittagszeit Kaffee, Tee und Gebäck.

Bitte sprechen Sie uns einfach an.

Abendessen

Wählen Sie hier aus unseren besonderen Arrangements...

Westfälisches Abendessen

- 1 Scheibe Graubrot ^(a1, a2, a3), 1 Scheibe Schwarzbrot ^(a2, a3)
- 1 Scheibe Westfälischer Knochenschinken ^(2, 3)
- 1 Scheibe Rauchfleisch mit Kapern
- Schweinefiletmedaillon mit Kirschmayonnaise ^(10, C, I)

Abendessen an der See

- 1 Scheibe Weißbrot ^(a1), 1 Scheibe Dinkelbrot ^(a4)
- 1 Scheibe Bergkäse ^(F), 1 Portion Frischkäse ^(F)
- Nordische Fischplatte ^(B, D)

Fitness Abendessen

- Großer Salatteller mit saisonalen Salaten und Dressing ^(10, F, I)
- 3 Scheiben Kräuterbaguette ^(a1)
- Veganer Aufstrich

Mediterranes Abendessen

- 3 Scheiben Kräuter-Ciabatta-Brot ^(a1)
- 1 Stück Blauschimmelkäse ^(F), 1 Stück Camembert ^(F), 1 Stück Gruyère-Käse
- 1 Portion Parmaschinken auf Honigmelone
- Pasta-Salat ^(a1) mit Tomaten, Champignons und Pesto

Oldenburger Abendessen

- 1 Scheibe Dreikornbrot ^(a1, a2, a3), 1 Scheibe Vollkornbrot ^(a1, a2, a3)
- 1 Portion Lachsschinken ^(2, 3), 1 Portion Leberwurst ^(2, 3, 7)
- Lammbraten mit Dip ^(1, 9, 10, C, I)

Französisches Abendessen

- 3 Scheiben Schnittchen-Brot ^(a1)
- 2 Stück edler Käse ^(g3, F), dazu Weintrauben
- Meeresfrüchte-Platte ^(B, D) mit Lachs ^(D)

Genießer-Abendessen

- 1 Scheibe Dreikornbrot ^(a1, a2, a3), 1 Scheibe Dinkelbrot ^(a4)
- 1 Scheibe Pastrami vom Rind ^(3, I), 1 Scheibe roher Schinken ^(2, 3)
- 1 Stück Camembert ^(F), 1 kleines Schnitzelchen mit gefülltem Ei ^(a1, C)
- Obstsalat, Betthupferl ^(F, N)

Tessiner Abendessen

- 1 Tessiner Brötchen ^(a1)
- 1 Stück Gruyère-Käse, 1 Portion Frischkäse ^(F)
- 1 Scheibe Bergkäse ^(F), Antipasti ⁽³⁾
- 1 Sahne-Joghurt mit Frucht ^(F)

oder wählen Sie Ihr Abendessen aus unseren Standard-Abendessen.

**Sendenhorster
Abendessen**

- 1 Scheibe Graubrot (a1, a2, a3)
- 1 Scheibe Dreikornbrot (a1, a2, a3)
- 1 Scheibe Gouda (F1)
- 1 Scheibe Putenbrust (2, 3, 6)
- 1 Portion Frischkäse (F)
- 1 Fruchtjoghurt (F)

**Vital-
Abendessen**

- 1 Scheibe Graubrot (a1, a2, a3)
- 1 Scheibe Dinkelbrot (a4)
- 1 Scheibe Gouda (F1)
- 1 Scheibe Bergkäse (F)
- 1 Scheibe Cervelatwurst (1, 3)

**Vegetarisches
Abendessen**

- 1 Scheibe Vollkornbrot (a1, a2, a3)
- 1 Scheibe Dreikornbrot (a1, a2, a3)
- 1 Scheibe Butterkäse (F1)
- 1 Scheibe Pfefferkäse (F)
- Veganer Aufstrich

Zu den Standard-Abendessen können Sie
folgende Ergänzungen auswählen:

Streichfett

- Butter 20 g (F)
- Diätmargarine 20 g (1)
- Diäthalffettmargarine 10g

Besonderheiten

- Rohkostschälchen
- Gewürzgurke (9, I)
- Tomate
- Tomate-Mozzarella mit Balsamico-Creme (3, F1)
- Abendbeilage des aktuellen Wochen-
speiseplans

Brot

- Graubrot (a1, a2, a3)
- Dinkelbrot (a4)
- Dreikornbrot (a1, a2, a3)
- Vollkornbrot (a1, a2, a3)
- Weißbrot (a1)
- Laugenstange (a1, a2, F)
- Dreispißbrötchen (a1, a2, a3, a5, F, J)
- Roggenknäckebröt (a3, F, J)

Aufschnitt /Aufstrich

- Brie (F)
- Vegetarischer Aufstrich
- Putenbrust (2, 3, 6)
- Leberwurst (2, 3, 7)
- Cervelatwurst (1, 3)
- Bienenhonig

Getränke

- Schwarzer Tee
- Rooibos-Tee
- Grüner Tee
- Hagebutten-Tee
- Früchte-Tee
- Pfefferminz-Tee
- Fenchel-Tee
- Kamillen-Tee
- Milch, 3,5% Fett (F)
- Kakao, 3,5% Fett (10, F)
- Orangensaft
- Apfelsaft
- Tomatensaft
- Karottensaft
- Multivitaminsaft (3)
- Malzbier (a2)
- Alkoholfreies Pils (a2)
- Zucker oder Süßstoff (9)
- Zitronensaft

Spätmahlzeit

- Buttermilch (F)
- Fruchtjoghurt (F)
- Naturjoghurt (F)

- Saisonobst
oder wahlweise:
Apfel (8), Apfelsine (8), Banane
Birne (8), Melone, Weintrauben

- Obstkompott,
leicht gezuckert (10)
- Backpflaumen (8)

Liebe Patientin, lieber Patient!

Die Speisewünsche werden täglich für den nächsten Tag abgefragt.

Falls Sie gegen bestimmte Zusatzstoffe oder Nahrungsmittel allergisch sind, teilen Sie uns dies bitte im Aufnahmegespräch mit. Diese Allergien oder Abneigungen werden dann bei der Zusammenstellung Ihrer Speisen berücksichtigt.

Diäten

Ärztlich verordnete Diäten sollen Ihre Genesung fördern und das Wohlbefinden steigern. Falls bestimmte Gerichte und Beilagen der Speisekarte dafür ungeeignet sind, erhalten Sie ganz individuell auf Ihre Diät abgestimmte Komponenten.

Sollte Ihnen nach Mahlzeiten häufig unwohl sein, empfehlen wir Ihnen das Menü „Leicht und Lecker“. Hier verzichten wir auf Zutaten wie Hülsenfrüchte, Zwiebeln, Knoblauch und bestimmte Gemüsesorten, die unter Umständen Beschwerden auslösen können. Darüber hinaus achten wir auf eine besonders schonende Zubereitung der Speisen.

Wünschen Sie eine Ernährungsberatung, so stehen Ihnen unsere Diätassistentinnen gerne für ein Gespräch zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen guten Appetit!

Kennzeichnungen:

Die in der Liste aufgeführten **Allergene** sind übrigens ganz natürliche Bestandteile unserer Lebensmittel. Aufgrund gesetzlicher Vorgaben müssen auch diese Inhaltsstoffe ausgewiesen werden.

Zusatzstoffe	Allergene	
1 = mit Farbstoff	glutenhaltiges Getreide:	Schalenfrüchte (Nüsse):
2 = mit Konservierungsstoff	a1 = Weizen	g1 = Mandeln
3 = mit Antioxidationsmittel	a2 = Gerste	g2 = Haselnüsse
4 = geschwefelt	a3 = Roggen	g3 = Walnüsse
5 = geschwärzt	a4 = Dinkel	g4 = Cashewnüsse
6 = mit Phosphat	a5 = Hafer	g5 = Pekanüsse
7 = Geschmacksverstärker	a6 = Kamut	g6 = Paranüsse
8 = gewachst	B = Krebstiere	g7 = Pistazien
9 = mit Süßungsmitteln	C = Eier	g8 = Macadamianüsse
10 = mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln	D = Fisch	H = Sellerie
11 = enthält eine Phenylalaninquelle	E = Erdnüsse	I = Senf
12 = kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	F = Milch (einschl. Laktose)	J = Sesamsamen
13 = mit Alkohol	F1 = Milch (laktosearm)	K = Schwefeldioxid und Sulfite
		L = Lupine
		M = Weichtiere
		N = Soja

Trotz sorgfältiger Herstellung unserer Gerichte können neben den gekennzeichneten Zutaten Spuren anderer Stoffe enthalten sein, die im Produktionsprozess der Küche verwendet werden.

* Bei weiteren Fragen zu Allergenen und Zusatzstoffen sprechen Sie uns an.