


**Alle Menüs 11,00 € (ausgenommen Menü 4 - Diabetiker geeignet - 11,30 €) / Wochenende und Feiertage Aufschlag 0,20 € / Portion**

	Montag 04.11.2024	Dienstag 05.11.2024	Mittwoch 06.11.2024	Donnerstag 07.11.2024	Freitag 08.11.2024	Samstag 09.11.2024	Sonntag 10.11.2024
<b>Menü 1</b>	<b>Penne Bolognese</b>  Nudeln mit Tomaten-Hackfleischsauce und Parmesankäse extra {1,3,7,9,42,44}	<b>Deftiger Grünkohl mit Kasseler</b>  und Salzkartoffeln {7,10,33,38,43,44}	<b>Hausgemachte Linsensuppe</b>  2 Wiener Würstchen, dazu 1 Brötchen {1,6,9,10,12,33,38,42,43,44}	<b>Hacksteak "Meisterart"</b>  in Pfefferrahmsauce, Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotten, Broccoli), Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	<b>Ungarisches Gulasch</b>  mit Champignons und Zöpfli-Nudeln {1,12,33,38,42,44}	<b>Geflügel-Geschnetzeltes</b>  in Champignonsauce mit Spiral-Nudeln {1,7,12,33,42,44,46}	<b>Rheinischer Sauerbraten</b>  in feiner Sauce mit Rosenkohl und 5 Kartoffelklößchen {1,7,10,12,38,39,42,44}
<b>Menü 2</b>	<b>Paprika-Rahmbraten</b>  mit Rosenkohl und Salzkartoffeln {6,7,9,10,33,38,42,43,44}	<b>Berner Pfanne</b>  Schweinegeschnetzeltes, Käse, Crème fraîche, Paprika und Zwiebeln, dazu Zöpfli-Nudeln {1,7,31,38,42,43}	<b>Jägerschnitzel "natur"</b>  in Champignon-Crèmesauce mit Rosenkohl und Zöpfli-Nudeln {1,7,10,12,33,42,43,44}	<b>3 Apfel-Pfannkuchen (veg.)</b>  mit Vanillesauce {1,3,7,31}	<b>Gebratenes Seehechtfilet</b>  in frischer Dillrahmsauce mit Salzkartoffeln und buntem Sommergemüse {1,4,7,9,12,33,41}	<b>Rostbratwurst</b>  mit feiner Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln {9,10,38,39,42,43,44}	<b>Frischer Möhreintopf</b>  mit Petersilie und 1 Bockwürstchen {9,10,33,38,42,43,44}
<b>Menü 3</b>	<b>Milchreis Sauerkirsch (veg.)</b>  mit eingelegten Sauerkirschen {7}	<b>Spaghetti "Alfredo"</b>  mit Hähnchenfilets in italienischer Tomaten-Kräutersauce {1,7,42,46}	<b>Currybratwurst</b>  mit Röstkartoffeln und Krautsalat {9,10,33,36,38,39,42,43}	<b>Chili con Carne</b>  feurig-mexikanisches Bohnengericht mit Reis {42}	<b>Bigos - Polnischer Krauttopf</b>  mit Weißkohl und Sauerkraut, Schweinegulasch, Speck und Cabanossi, dazu Petersilienkartoffeln {10,12,33,38,43,44}	 <p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum und Wattenscheid - Menüservice -</b></p> <p><b>Telefon 0234 30796 71</b> <b>Telefax 0234 30796 67</b></p> <p><b>Bestellungen</b> <b>Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr</b> <b>Fr. 08:00 - 11:30 Uhr</b></p>	
<b>Menü 4</b>	<b>Wirsing-Eintopf</b>  mit 4 Fleischklößchen {1,3,6,9,10,42,43}	<b>2 hausgemachte Frikadellen</b>  in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b>  in Gemüserahmsauce mit Petersilienkartoffeln {4,7,9,33}	<b>Putenbrust "natur"</b>  in feiner Bratensauce mit Tomatenwürfeln, Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln {7,42,46}	<b>Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art"</b>  mit Champignons und Salzkartoffeln {7,12,33,38,42,43,44}		
<b>Vegetarisch</b>	<b>Feinschmecker Eieromelette (veg.)</b>  auf Rahmspinat mit Kartoffelpüree {3,7}	<b>Gefüllte Kartoffeltaschen (veg.)</b>  mit bunter Gemüseplatte und Sauce Hollandaise {1,3,7,9,31,33,44}	<b>Gemüse-Pastapfanne (veg.)</b>  Mezze Penne mit Paprika, Mais und Erbsen, garniert mit Hirtenkäse {1,7}	<b>Rote Linsenbolognese (veg.)</b>  mit Kartoffelspätzle, garniert mit frischer Petersilie {1,3}	<b>Italienische Nudelplatte (veg.)</b>  Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in Kräutertomatensauce {1,3,7,31}		
<b>Kalt</b>	<b>Gyrosbraten</b>  mit Krautsalat und hausgemachtem Tsatsiki {7,9,33,36,38,43}	<b>Farfalle Pestosalat</b>  mit Geflügelstückchen, Tomaten, Parmesankäse und Olivenbrot {1,3,7,36,44,46}	<b>1/2 Forellenfilet</b>  mit Sahnemeerrettich, einem 1/2 Pfirsich und Waldorfsalat {1,3,4,7,8,9,10,12,31,33,39}	<b>Gebratenes Schweinekotelett</b>  mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	<b>8 Party-Geflügelfrikadellen</b>  mit Senfdip, buntem Reissalat mit Paprika und Mais {1,3,7,10,31,39,46}		
<b>Salat</b>	<b>Thunfisch Salat</b>  bunter Salat mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,4,10}	<b>Balkan Salat (veg.)</b>  Salat mit Ajvar-Kartoffeln, Paprika, Oliven und Pinienkerne, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,10,36}	<b>Frischkäse Salat (veg.)</b>  mit Mangold, Spinat, Eisbergsalat, Tomaten, Walnuss-, Pinienkernen und Frischkäse, dazu Honig-Senf Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,7,8,9,10,11,33}	<b>Tropical Dream</b>  frischer Salat mit gebratener Hähnchenbrust und Mangowürfeln, Tomaten, Gurken und Mandelblättern garniert, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,8,10,11,46}	<b>Tortellini Salat (veg.)</b>  frischer Salat mit Ricotta-Spinat Tortellini, Gurken, Tomaten, Oliven und roten Zwiebeln, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,36,44}		

(1) Gluten, (2) Krebse, (3) Eier, (4) Fisch, (5) Erdnuss, (6) Soja, (7) Milch, (8) Schalenfrüchte, (9) Sellerie, (10) Senf, (11) Sesam, (12) Schwefel, (13) Lupinen, (14) Weichtiere, (31) Farbstoff, (32) Nitritpökelsalz, (33) Antioxidationsmittel, (34) Gelatine, (36) geschwärzt, (37) gewachst, (38) Phosphat, (39) Süßungsmittel, (40) schweinefleischfrei, (41) Wein, (42) Rindfleisch, (43) Schweinefleisch, (44) Konservierungsstoff, (45) Geschmacksverstärker (46) Geflügel

# Menüplan vom 04.11.2024 - 10.11.2024

KW 45	Menü 1 – silber Klassiker € 9,15/ Mini € 8,20	Menü 2 – blau Gourmet € 9,15/ Mini € 8,20	Menü 3 – Salat € 9,15/ Mini € 8,20	Menü 4 – grün vegetarisch € 9,15/ Mini € 8,20	Menü 5 – lila Allerlei € 9,15/ Mini € 8,20	Menü 6 – rot Diabetiker geeignet € 9,15/ Mini € 8,20
<b>Mo</b> 04.11	<b>Kartoffel-Möhren-Lauch-</b> Eintopf mit Hackfleischeinlage  Nachtsch kJ: 1613 kcal: 386KH: 39,3 BE: Fett: 22,4 ZS: 13a	<b>Schaschlik-Gulasch</b> mit Nudeln und Salat  Nachtsch kJ: 1571 kcal: 376KH: 27,8 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	<b>Salatplatte*</b> mit Thunfisch Dressing  Nachtsch kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	<b>Spaghetti "Funghi"*</b> mit Champignonsoße  Nachtsch kJ: 2445 kcal: 495KH: 92,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16	<b>Putengeschnetzeltes*</b> mit Mais und Zwiebeln dazu Reis  Nachtsch kJ: 1440 kcal: 350KH: 38,2 BE: Fett: 20,7 ZS: 5,7,13a,16	<b>Putengeschnetzeltes*</b> mit Mais und Zwiebeln dazu Reis  Nachtsch kJ: 1430 kcal: 340KH: 29,6 BE: Fett: 17,4 ZS: 5,7,13a,16
<b>Di</b> 05.11	<b>Hähnchenschnitzel*</b> mit Sauce Bernaise dazu Kartoffeln und Erbsen Nachtsch kJ: 2232 kcal: 533KH: 28,6 BE: Fett: 23,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	<b>Rinderbraten*</b> in Zwiebel-Sahne-Soße Blumenkohl Kartoffeln Nachtsch kJ: 1465 kcal: 350KH: 32,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,13a,16	<b>Hirtensalat</b> mit Hackbällchen und Schafskäse Dressing Nachtsch kJ: 1143 kcal: 473KH: 11,1 BE: Fett: 11,5 ZS: 7,10,13a,16,20	<b>Veget. Bolognese*</b> mit Spaghetti  Nachtsch kJ: 1914 kcal: 445KH: 65,4 BE: Fett: 26,4 ZS: 7,13a,16,19	<b>Milchreis*</b> mit Apfel-Kompott  Nachtsch kJ: 1948 kcal: 458KH: 38,3 BE: Fett: 20,3 ZS: 2,7,10,13,16,19,22	<b>Hähnchenschnitzel</b> mit Sauce Bernaise Kartoffeln und Erbsen  Nachtsch kJ: 2215 kcal: 529KH: 26,5 BE: Fett: 16,8 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20
<b>Mi</b> 06.11	<b>Hackfleischpfanne</b> mit Paprika und Pilzen Nudeln  Nachtsch kJ: 2709 kcal: 647KH: 71,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	<b>Putenbraten*</b> mit Rahm-Kohlrabi und Kartoffeln  Nachtsch kJ: 2096 kcal: 485KH: 31,0 BE: Fett: 20,7 ZS: 13a,16	<b>Salatplatte Hawaii</b> mit Schinken und Ananas dazu Dressing Nachtsch kJ: 1535 kcal: 368KH: 10,0 BE: Fett: 13,0 ZS: 2,7,13a,16,20	<b>Veg. Möhreintopf</b>   Nachtsch kJ: 887 kcal: 288KH: 18,6 BE: Fett: 12,7 ZS: 13a,19	<b>Makkaroni-Auflauf</b> mit Käse überbacken  Nachtsch kJ: 2278 kcal: 478KH: 25,3 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,7,10,13a,16	<b>Putenbraten*</b> mit Kohlrabi und Kartoffeln  Nachtsch kJ: 2056 kcal: 476KH: 22,5 BE: Fett: 11,2 ZS: 13a,16
<b>Do</b> 07.11	<b>Hähnchenbrust*</b> mit Asiagemüse Kokos-Currysoße und Reis Nachtsch kJ: 2028 kcal: 459KH: 22,5 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,3,5,7,10,13 a,16, 19,20	<b>Sauerkraut</b> mit Fleischwurst und Kartoffelpüree  Nachtsch kJ: 2351 kcal: 561KH: 25,9 BE: Fett: 44,6 ZS: 2,3,5,6,7,13a,16,20	<b>Salatplatte</b> mit gef. Schinkenröllchen und Dressing  Nachtsch kJ: 1419 kcal: 473KH: 20,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 6,7,13a,16,20	<b>Veg. Tortellini*</b> mit fruchtiger Tomatensoße  Nachtsch kJ: 2753 kcal: 565KH: 100,3 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,2,7,10,13a,19	<b>Frikadelle</b> mit Lauchzwiebelsoße und Püree  Nachtsch kJ: 2278 kcal: 478KH: 25,3 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,3,7,10,13a,16,19,20	<b>Hähnchenbrust</b> mit Asiagemüse Kokos-Currysoße und Reis Nachtsch kJ: 2017 kcal: 436KH: 18,2 BE: Fett: 14,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,20
<b>Fr</b> 08.11	<b>Fischpfanne*</b> in Curryrahm mit Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1987 kcal: 465KH: 26,7 BE: Fett: 15,0 ZS: 7,12,13a,16,19	<b>Kohlroulade</b> mit Specksoße dazu Püree  Nachtsch kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20	<b>Hähnchenschnitzel*</b> mit Nudelsalat  Nachtsch kJ: 2561 kcal: 615KH: 61,0 BE: Fett: 26,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	<b>Ged. Gemüse*</b> mit Sauce Hollandaise  Nachtsch kJ: 1686 kcal: 403KH: 39,2 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,5,10,13a,16	<b>Chili con carne</b> dazu 1 Brötchen  Nachtsch kJ: 1554 kcal: 371KH: 31,5 BE: Fett: 17,5 ZS: 2,5,13a,16,19,20	<b>Fischpfanne*</b> in Curryrahm mit Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1968 kcal: 448KH: 22,9 BE: Fett: 14,5 ZS: 7,12,13a,16,20
<b>Sa</b> 09.11	<b>Bunter Gemüsetopf*</b> mit Rindfleischeinlage  Nachtsch kJ: 1985 kcal: 421KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 13a,16,20	<b>Mettwurst</b> auf Wirsinggemüse und Püree  Nachtsch kJ: 2679 kcal: 641KH: 35,9 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16,20	<p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH</b>  <b>Telefon: 0234 - 307 96 71</b>  <b>Telefax: 0234 - 307 96 67</b></p> <p><a href="http://www.mahlzeitendienst-bo.de">www.mahlzeitendienst-bo.de</a>  <a href="http://www.fundk-bochum.de">www.fundk-bochum.de</a></p> <p><b>Besteller/Name:</b>  <hr/></p> <p><b>Bitte beachten Sie, dass wir an den Wochenenden und an Feiertagen einen Aufschlag von 0,20 € berechnen. Bitte kreuzen Sie ihre Menüauswahl entsprechend an.</b></p>			<b>Bunter Gemüsetopf</b> mit Rindfleischeinlage  Nachtsch kJ: 1526 kcal: 348KH: 25,0 BE: Fett: 18,0 ZS: 13a,16,20
<b>So</b> 10.11	<b>Bratwurst</b> mit buntem Gemüse und Salzkartoffeln  Nachtsch kJ: 2174 kcal: 542KH: 27,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 6,10,13a,16,20	<b>Hähnchengeschnetzeltes*</b> in Käse-Sahnesoße und Spätzle  Nachtsch kJ: 2480 kcal: 535KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,4,10,13a,16				

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kalorien Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit potentiell allergenem Inhalt. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohkartoffeln vom Hersteller geschwefelt.

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwefelt, 5 Geschmacksverstärker, 6 Phosphat, 7 Süßungsmittel, 10 Eier, 11 Erdnüsse, 12 Fisch, 13 Gluten (a=Weizen, b=Roggen, c=Gerste, d=Hafer, e=Dinkel, f=Kamut), 14 Krebstiere, 15 Lupine, 16 Milch inkl. Laktose, 17 Schalenfrüchte -Nüsse (a=Mandel, b=Hasel, c=Wal, d=Kaschun, e=Pekann, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfit, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Proteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. \* = ohne Schweinefleisch