

Menüplan (Menüauswahl bitte in den Menüfeldern ankreuzen)

Besteller / Name: _____

Alle Menüs 11,40 € (ausgenommen Menü 4 - Diabetiker geeignet - 11,70 €) / Wochenende und Feiertage Aufschlag 0,20 € / Portion

Menü 1

Menü 2

Menü 3

Menü 4

Vegetarisch

Kalt

Salat

Montag	15.09.2025	Dienstag	16.09.2025	Mittwoch	17.09.2025	Donnerstag	18.09.2025	Freitag	19.09.2025	Samstag	20.09.2025	Sonntag	21.09.2025
Saftiger Spießbraten		Pfannenfrikadelle		Frischer Möhreneintopf		Steak vom Schweinerücken		Gebackenes Schollenfilet		2 hausgemachte Frikadellen		Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art"	
in Zwiebelsauce mit Speckbohnen und Salzkartoffeln {6,9,10,33,38,42,43,44}		in herzhafter Sauce mit geschmorten Zwiebeln, Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln {1,3,9,10,42,43}		mit 1 Bockwürstchen, dazu 1 Brötchen {1,9,10,33,38,42,43,44}		in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln {7,10,42,43}		mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladensauce {1,3,4,9,10,12,31,33,39,43,44}		in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}		mit hausgemachten Spätzle {1,3,7,12,33,38,42,43,44}	
Geflügel-Geschnetzeltes		2 Hähnchenbrustfilets "natur"		Jägerbraten		Hähnchenpfanne "Shanghai"		Hühnerfrikassee		Rinderbraten "Esterhazy"		Putenschnitzel "natur"	
in Champignonrahmsauce mit Reis {7,12,33,42,44,46}		in einer pikanten Currysauce, dazu Zuckererbsen und Bandnudeln {1,7,46}		Schweinebraten in Champignon-Zwiebelsauce mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln {6,7,9,10,12,33,38,42,43,44}		dazu Bandnudeln {1,6,46}		mit Spargel und Gemüsereis {7,12,33,44,46}		in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln {9,38,42}		in Sahnesauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln {7,42,46}	
Frischkäse-Spinatmaultaschen		Currybratwurst		Chicken Crossies		Gegrillte Hähnchenkeule		Bigos - Polnischer Krauttopf		 Familien- und Krankenpflege Bochum und Wattenscheid - Menüservice - Telefon 0234 30796 71 Telefax 0234 30796 67 Bestellungen Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr Fr. 08:00 - 11:30 Uhr			
in einer Schinken-Spinatkäsesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}		mit Röstkartoffeln und Krautsalat {9,10,33,36,38,39,42,43}		in knuspriger Panade mit Barbecuesauce und Broccoli-Tomaten Nudeln {1,31,39,46}		auf mediterranem Grillgemüse mit Reis {12,31,33,46}		mit Weißkohl und Sauerkraut, Schweinegulasch, Speck und Cabanossi, dazu Petersilienkartoffeln {10,12,33,38,43,44}					
Linsensuppe		Frisches Fischfilet		2 Bratwürstchen "Thüringer Art"		Grießflammeri (veg.)		Pfefferrahmbraten					
mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen {6,9,10,12,33,38,42,43,44}		gedünstet in Gemüserahmsauce und Petersilienkartoffeln {4,7,9,33}		auf Blattspinat mit Salzkartoffeln {7,9,10,38,43}		mit eingelegten Sauerkirschen {1,7}		in feiner Sauce mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln {6,7,9,10,38,42,43}					
3 Kartoffelrösti (veg.)		Spaghetti Bolognese (veg.)		Gemüseplatte (veg.)		Bunte Reispfanne (veg.)		Gemüse-Pilzpfanne (veg.)					
mit buntem Gemüse und Käsesauce {1,7,31}		mit Gemüse-Soja-Bolognese {1,6}		verschiedene Gemüsesorten in Sauce Hollandaise mit Schnittlauchpüree {3,7,33}		mit Paprika und Mais, dazu eine Tomaten-Basilikumsauce garniert mit Hirtenkäse {7,39}		in Käsesahnesauce mit Butternudeln {1,6,7,31}					
2 Heringfilets		Geflügelsalat		Milchreis Apfel (veg.)		Gebratenes Schweinekotelett		Gebackenes Putenschnitzel					
in süß-saurer Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffelsalat-Specksalat ohne Mayonnaise {1,3,4,6,7,9,10,12,31,33,39,42,43,44}		mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter {1,3,6,7,10,12,31,33,39,44,46}		mit Zimt und Zucker, dazu Apfelkompott {7,33}		mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}		mit ½ Pfirsich und Waldorfsalat {1,3,8,9,10,31,33,39,46}					
Salat Bella Italia (veg.)		Bunter Salat Mix (veg.)		Hirtensalat		Salat Allgäuer-Art		Levante Salat (veg.)					
frischer Salat mit Mozzarella, Rucola, Cocktail-Tomaten, marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,7}		Salat mit Bärlauch-Kartoffeln, Hirtenkäse und Granatapfel, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,10}		mit Geflügelhackfleischbällchen, Hirtenkäse, Tomaten und Paprika, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,46}		Eisberg und Feldsalat mit Röstibällchen gefüllt mit Bergkäse und Speck, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,7,10,43,44}		Rote Bete Falafel-Bällchen, Eisbergsalat, Minze, Karotten, Gurken, Walnüssen und Fetakäse dazu Joghurt Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,8}					

(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 KW 38 vom 15.09.2025 - 21.09.2025

KW 38	Menü 1 – silber Klassiker € 9,55/ Mini € 8,60	Menü 2 – blau Gourmet € 9,55/ Mini € 8,60	Menü 3 – Salat € 9,55/ Mini € 8,60	Menü 4 – grün vegetarisch € 9,55/ Mini € 8,60	Menü 5 – lila Allerlei € 9,55/ Mini € 8,60	Menü 6–rot Diabetiker geeignet € 9,55/ Mini € 8,60
Mo 15.09	Eintopf von Weißen Bohnen mit Mettwurst Nachtisch kJ: 1940 kcal: 463KH: 45,0 BE: Fett: 28,5 ZS: 6,,13a,16,19	Schnitzel "Jäger-Art" dazu Spätzle und Erbsen Nachtisch kJ: 2312 kcal: 553KH: 33,6 BE: Fett: 29,0 ZS: 7,10,13a,16,20	Bunter Salat* mit Hähnchenschnitzel und Dressing Nachtisch kJ: 1980 kcal: 473KH: 31,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,7,13a,16,19,20	Blumenkohl-Champignon-* Pfanne mit Knoblauch dazu Püree Nachtisch kJ: 1012 kcal: 242KH: 25,2 BE: Fett: 17,5 ZS: 2,7,10,13a,16	Hähnchengeschnetzeltes* "Gyros-Art" mit Tomatensoße und Reis Nachtisch kJ: 2325 kcal: 556KH: 51,6 BE: Fett: 30,0 ZS: 7,13a,16,19	Eintopf von Weißen Bohnen mit Mettwurst Nachtisch kJ: 1940 kcal: 463KH: 35,8 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 6,13a,16,19
Di 16.09	Rührei* mit Spinat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1922 kcal: 459KH: 25,4 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Thailändisches Schweinegeschnetzeltes in Kokossoße mit Gemüse dazu Reis Nachtisch kJ: 2615 kcal: 625KH: 53,6 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,7,13a,16,19	Salatplatte* mit Thunfisch und Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 418KH: 6,4 BE: Fett: 14,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Champignons à la creme* mit Butternudeln Nachtisch kJ: 2346 kcal: 561KH: 25,8 BE: Fett: 22,8 ZS: 7,10,13a,16	Geflügelbällchen* mit Tomatensoße und Nudeln Nachtisch kJ: 2317 kcal: 670KH: 38,0 BE: Fett: 12,0 ZS: 2,10,13a,16,17	Rührei mit Spinat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1922 kcal: 459KH: 24,0 BE: 2,5 Fett: 16,0 ZS: 2,3,5,7,10,13,16
Mi 17.09	Schweinegulasch mit Pfefferrahmsoße Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2174 kcal: 486KH: 31,5 BE: Fett: 27,0 ZS: 10,13a,20	Rinderbraten* mit Brechbohnen Püree Nachtisch kJ: 2498 kcal: 597KH: 29,4 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,5,6,13a,16	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse dazu Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 458KH: 38,4 BE: Fett: 19,0 ZS: 2,7,10,12,13a,16,20	Wirsing-Kartoffelauflauf* Nachtisch kJ: 3600 kcal: 860KH: 72,0 BE: Fett: 30,8 ZS: 2,7,10,13a,16,	Frikadelle mit Champignonsoße und Nudeln Nachtisch kJ: 2228 kcal: 532KH: 64,0 BE: Fett: 25,0 ZS: 5,7,10,13a,16,19	Schweinegulasch mit Pfefferrahmsoße Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2122 kcal: 467KH: 27,0 BE: 3,0 Fett: 24,0 ZS: 7,13a16,20
Do 18.09	Hähnchen-Cordon-bleu* mit Fingermöhren und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2073 kcal: 495KH: 24,5 BE: Fett: 21,9 ZS: 10,13a,16	Leberpfanne mit Pilzen Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 1892 kcal: 445KH: 48,8 BE: Fett: 12,0 ZS: 1,2,3,5,13a,16	Eiersalat 1 Brötchen Nachtisch kJ: 2592 kcal: 622KH: 9,6 BE: Fett: 50,8 ZS: 1,2,7,10,13a,16,20	Bunte Reispfanne* mit Currysoße Nachtisch kJ: 2828 kcal: 632KH: 52,5 BE: Fett: 31,4 ZS: 1,2,3,5,10,13a,16,19,22	Hähnchencurry* mit Reis Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 10,0 ZS: 2,5,7,13a,16,19	Leberpfanne mit Pilzen und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 1878 kcal: 438KH: 37,0 BE: 3,5 Fett: 12,0 ZS: 2,3,5,13a,16,
Fr 19.09	Fischfilet "natur" mit Zitronen-Buttersoße Broccoli und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1985 kcal: 461KH: 31,5 BE: Fett: 38,7 ZS: 7,12,13a,16,17,	Hähnchenfilet* in Geflügelsoße dazu Kohlrabigemüse und Püree Nachtisch kJ: 2233 kcal: 534KH: 26,0 BE: Fett: 27,2 ZS: 2,3,5,6,13a,16,	Gemischter Salat mit Hähnchenstreifen dazu Dressing Nachtisch kJ: 1950 kcal: 466KH: 16,1 BE: Fett: 12,8 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Linsensuppe* mit Kartoffeln und Gemüse Nachtisch kJ: 1916 kcal: 408KH: 28,0 BE: Fett: 25,4 ZS: 13a,19,20	Kaiserschmarrn* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 2007 kcal: 497KH: 39,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,5,7,13a,16,22	Linsensuppe mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1908 kcal: 397KH: 24,3 BE: 3,0 Fett: 22,5 ZS: 13a,16,19
Sa 20.09	Sauerkraut-Eintopf mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2372 kcal: 567KH: 43,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 6,13a, 19,20	Putenschnitzel* mit Blumenkohl und Püree Nachtisch kJ: 1972 kcal: 446KH: 43,0 BE: Fett: 25,8 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH Telefon: 0234 - 307 96 71 Telefax: 0234 - 307 96 67 www.mahlzeitendienst-bo.de www.fundk-bochum.de Besteller/Name: Bitte beachten Sie, dass wir an den Wochenenden und an Feiertagen einen Aufschlag von 0,20 € berechnen. Bitte kreuzen Sie ihre Menüauswahl entsprechend an. 			Putenschnitzel* mit Blumenkohl und Püree Nachtisch kJ: 1909 kcal: 393KH: 22,5 BE: 2,5 Fett: 21,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,,20,
So 21.09	Putengulasch* mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2194 kcal: 524KH: 27,7 BE: Fett: 21,5 ZS: 2,7,13a,16	Schweinebraten mit Gemüse dazu Püree Nachtisch kJ: 2064 kcal: 493KH: 28,5 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,20				Schweinebraten* mit Gemüse und Püree Nachtisch kJ: 1923 kcal: 460KH: 24,7 BE: 3,0 Fett: 26,4 ZS: 7,13a,16

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kalorien Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit potentiell allerg. 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=Pekan, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 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