

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

	Montag 29.09.2025	Dienstag 30.09.2025	Mittwoch 01.10.2025	Donnerstag 02.10.2025	Freitag 03.10.2025	Samstag 04.10.2025	Sonntag 05.10.2025
<b>Menü 1</b>	<b>Kräftige Kohlroulade</b> mit Speck-Zwiebelsauce und Salzkartoffeln {1,10,33,42,43,44}	<b>Schnitzel "ungarische Art"</b> paniertes Schweineschnitzel mit einer Paprika-Zwiebelsauce und Reis {1,9,10,12,33,39,42,43,44}	<b>Frischer Grünkohleintopf</b> mit Rauchfleisch und Mettwurst, dazu 1 Brötchen {1,9,10,31,33,38,39,42,43,44}	<b>Straßburger Platte</b> Kasseler, Bratwürstchen "Nürnberger Art" und Mettwurst auf Sauerkraut und Kartoffelpüree {7,9,10,31,33,38,39,43,44}	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b> in Rieslingsauce, mit Spinat und Salzkartoffeln {4,7,12,33,41} Die Lieferung erfolgt gekühlt am 02.10.2025!	<b>Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art"</b> mit hausgemachten Spätzle {1,3,7,12,33,38,42,43,44} Die Lieferung erfolgt gefroren am 02.10.2025!	<b>Hähnchenschnitzel</b> in Geflügelrahmsauce mit Rotkohl und Kartoffelpüree {1,7,42,46} Die Lieferung erfolgt gefroren am 01.10.2025!
<b>Menü 2</b>	<b>Hähnchenfleisch "Bombay"</b> in Currysauce mit Ananasstückchen und Langkornreis {7,46}	<b>Jägerbraten</b> Schweinebraten in Champignon-Zwiebelsauce mit Wirsinggemüse und Spätzle {1,3,6,7,9,10,12,33,38,42,43,44}	<b>Schweineschnitzel Art "Cordon bleu"</b> in Sauce mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln {1,7,33,38,42,43,44}	<b>Gebratene Hähnchenkeule</b> in feiner Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln {7,42,46}	<b>Kasselerbraten</b> in feiner Bratensauce mit grünen Böhnchen und Kartoffelpüree {7,33,38,42,43,44} Die Lieferung erfolgt gekühlt am 02.10.2025!	<b>Putenrollbraten</b> in feiner Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln {7,10,42,46} Die Lieferung erfolgt gefroren am 02.10.2025!	<b>Rinder-Geschnetzeltes Art "Stroganoff"</b> mit Tomaten, Zwiebeln, Champignons und Sahne, dazu Zöpfli-Nudeln {1,7,10,12,33,38,39,42,44} Die Lieferung erfolgt gefroren am 01.10.2025!
<b>Menü 3</b>	<b>Spaghetti Carbonara</b> mit Speck und Schinken in Sahnesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	<b>5 Reibekuchen (veg.)</b> mit warmem Apfelmus {1,3,33}	<b>Fettuccine "Florentiner Art"</b> Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat {1,7,31,42,46}	<b>Chili con Carne</b> feurig-mexikanisches Bohnengericht mit Reis {42}	0	 <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>Frischer Möhreintopf</b> mit Petersilie und 1 Bockwürstchen {9,10,33,38,42,43,44}	<b>Gebratenes Buntbarschfilet</b> in feiner Rieslingsauce mit Blattspinat und Salzkartoffeln {1,4,7,12,33,41}	<b>2 hausgemachte Frikadellen</b> in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	<b>Schweinebraten</b> in herzhafter Sauce mit Speckbohnen und Klößen {1,7,10,33,38,42,43,44}	0		
<b>Vegetarisch</b>	<b>2 Gemüsefrikadellen (veg.)</b> auf Karotten-Ingwer-Sauce mit Kartoffelpüree {1,3,7,12,33}	<b>Penne "al pomodoro" (veg.)</b> Nudelröllchen mit italienischer Kräuter-Tomatensauce und Parmesankäse extra {1,3,7,44}	<b>Gefüllte Paprikaschote (veg.)</b> mit Gemüse gefüllt, dazu Tomatensauce und Reis {1,7,9,10}	<b>Spaghetti in Tomaten-Gemüsesugo (veg.)</b> mit Ziegenkäse und Pinienkernen {1,7,12,33,44}	0		
<b>Kalt</b>	<b>Großer Brathering</b> mit Zwiebelringen und Kartoffelsalat {1,3,4,10,31,39}	<b>Chicken Crossies</b> mit Florida Salat und Curry-Dip {1,3,7,8,10,31,33,39,46}	<b>Griechischer Nudelsalat (veg.)</b> mit Gemüse, Hirtenkäse und Oliven, dazu Olivenbrot und Tsatsiki {1,7,9,33,36}	<b>Gebratenes Schweinekotelett</b> mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	0		
<b>Salat</b>	<b>Caesar-Salat (veg.)</b> Römersalat mit Cocktailtomaten, Gurke, Croutons und gehobeltem Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,9,10}	<b>Salat Tiroler Art</b> Eisberg- und Feldsalat mit Käse und Cabanossischeiben, dazu Honig-Senf-Dressing und 1kleines Vollkornbrötchen {1,3,7,10,11,33,38,43,44}	<b>Hirtensalat</b> mit Geflügelhackfleischbällchen, Hirtenkäse, Tomaten und Paprika, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,46}	<b>Salat Provencale</b> frischer Blattsalat mit Tomaten, Rucola, in Speck gebratenen Champignons, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,11,33,43,44}	0		

(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 40 vom 29.09.2025 - 05.10.2025

KW 40	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
<b>Mo</b> <b>29.09</b>	<b>Linsensuppe</b> mit Bockwurst  Nachttisch kJ: 1784 kcal: 426KH: 25,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 1,6,13a,16	<b>Schweinegeschnetzeltes</b> mit Rosenkohl und Nudeln  Nachttisch kJ: 2230 kcal: 478KH: 32,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 5,7,10,13a,16	<b>Bunter Salat*</b> mit Thunfisch und Dressing  Nachttisch kJ: 1980 kcal: 473KH: 19,0 BE: Fett: 12,4 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	<b>Nudeln mit*</b> fruchtiger Tomatensoße  Nachttisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	<b>Apfelstrudel*</b> mit Vanillesoße  Nachttisch kJ: 1930 kcal: 461KH: 38,0 BE: Fett: 13,6 ZS: 2,3,10,13,16a	<b>Linsensuppe</b> mit Bockwurst  Nachttisch kJ: 1761 kcal: 408KH: 21,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,6,13a,16
<b>Di</b> <b>30.09</b>	<b>Hühnerfricassee*</b> mit Spargel und Champignons dazu Reis  Nachttisch kJ: 1892 kcal: 452KH: 65,4 BE: Fett: 28,9 ZS: 7,13a,16	<b>Herzhafte Bratwurst</b> mit Blumenkohl und Stampfkartoffeln  Nachttisch kJ: 2144 kcal: 512KH: 28,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,5,6,13a,16	<b>Geflügelsalat*</b> 1 Brötchen  Nachttisch kJ: 1521 kcal: 318KH: 7,8 BE: Fett: 19,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,20	<b>Fühlingsrolle*</b> mit Gemüsefüllung und Reis  Nachttisch kJ: 2001 kcal: 478KH: 31,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,7,10,13a,16,19	<b>Spaghetti Carbonara</b>   Nachttisch kJ: 2178 kcal: 520KH: 64,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,6,7,10,13a,16	<b>Hühnerfricassee</b> mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachttisch kJ: 1859 kcal: 438KH: 42,7 BE: Fett: 22,0 ZS: 7,13a,16
<b>Mi</b> <b>01.10</b>	<b>Geb. Fleischkäse</b> mit Spinat und Kartoffelpüree  Nachttisch kJ: 2771 kcal: 622KH: 27,0 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,4,10,13a,16,	<b>Hähnchenschnitzel*</b> mit Kohlrabi und Kartoffeln  Nachttisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 27,0 ZS: 5,7,10,13a,16,20	<b>Bunter Salat</b> mit Hähnchennuggets dazu Dressing  Nachttisch kJ: 1458 kcal: 388KH: 18,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 5,7,10,13a,16,20	<b>Kartoffelklöße*</b> mit Zwiebelsoße dazu Rotkohl  Nachttisch kJ: 2171 kcal: 519KH: 78,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 1,2,3,7,13a,16,19	<b>Kartoffelgratin mit</b> Hackfleisch und Käse überbacken  Nachttisch kJ: 2226 kcal: 531KH: 31,6 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,13a,16	<b>Hähnchenschnitzel*</b> mit Kohlrabi und Kartoffeln  Nachttisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 23,6 BE: Fett: 24,7 ZS: 5,7,10,17,13a,16,20
<b>Do</b> <b>02.10</b>	<b>Schweinegulasch</b> "Förster-Art" mit Erbsen dazu Kartoffeln Nachttisch kJ: 2245 kcal: 537KH: 31,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,13a,16,20	<b>Westf. Dicke Bohnen</b> mit Krustenbraten und Püree  Nachttisch kJ: 2245 kcal: 520KH: 48,0 BE: Fett: 38,7 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	<b>Gemischter Salat</b> mit Putenstreifen und Dressing  Nachttisch kJ: 1332 kcal: 32KH: 16,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,10,13a,16,20	<b>Gemüseschnitzel*</b> mit Rosenkohl und Kartoffeln  Nachttisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 32,0 BE: Fett: 15,4 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,20	<b>Reibekuchen*</b> mit Apfelmus  Nachttisch kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 10,6 ZS: 2,3,10,13a,16	<b>Schweinegulasch</b> Förster-Art mit Erbsen dazu Kartoffeln Nachttisch kJ: 2220 kcal: 485KH: 28,7 BE: Fett: 20,0 ZS: 7,13a,16,20
<b>Fr</b> <b>03.10</b>	<b>Fischfilet ***natur**</b> in Dill-Curry-Soße Broccoli und Kartoffeln Nachttisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 28,7 BE: Fett: 17,2 ZS: 7,10,12,13a,16,20	<b>Zwiebel-Rahm-Schnitzel</b> mit Nudeln  Nachttisch kJ: 2285 kcal: 545KH: 52,0 BE: Fett: 24,4 ZS: 7,13a,16		<b>Broccoli*</b> in Rahmsoße dazu Schwenkkartoffeln  Nachttisch kJ: 1260 kcal: 313KH: 36,4 BE: Fett: 8,5 ZS: 7,13a,16,		<b>Fischfilet "natur"</b> mit Dill-Curry-Soße Broccoli Kartoffeln Nachttisch kJ: 2098 kcal: 501KH: 25,7 BE: Fett: 7,6 ZS: 2,5,7,13a,16,20
<b>Sa</b> <b>04.10</b>	<b>Kohlrabi-Möhren-Eintopf</b> mit Kartoffeln und Hackfleisch  Nachttisch kJ: 1970 kcal: 471KH: 29,3 BE: Fett: 28,5 ZS: 13a,16,19,	<b>Rinderhacksteak*</b> mit Brechbohnen und Kartoffeln  Nachttisch kJ: 1691 kcal: 404KH: 37,8 BE: Fett: 36,7 ZS: 5,7,10,13a,16,	<b>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH</b> <b>Telefon: 0234 - 307 96 71</b> <b>Telefax: 0234 - 307 96 67</b>  <a href="http://www.mahlzeitendienst-bo.de">www.mahlzeitendienst-bo.de</a> <a href="http://www.fundk-bochum.de">www.fundk-bochum.de</a>  <b>Besteller/Name:</b>  <hr/> <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>			<b>Kohlrabi-Möhren-Eintopf</b> mit Kartoffeln und Hackfleisch  Nachttisch kJ: 1950 kcal: 466KH: 27,3 BE: Fett: 27,4 ZS: 13a,16,19
<b>So</b> <b>05.10</b>	<b>Rinderbraten*</b> mit Fingermöhren dazu Kartoffeln  Nachttisch kJ: 2508 kcal: 600KH: 34,8 BE: Fett: 24,3 ZS: 13a,16,20	<b>Bratwurst</b> mit Gemüse dazu Püree  Nachttisch kJ: 1906 kcal: 456KH: 42,5 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,6,7,10,13a,16,				<b>Rinderbraten*</b> mit Fingermöhren und Kartoffeln  Nachttisch kJ: 2485 kcal: 594KH: 30,8 BE: Fett: 22,2 ZS: 13a,16,20

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere Kalorienangaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jedem Satz. 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 / 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