

1. Woche

29.12.2025 - 04.01.2026

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	29.12.2025	Dienstag	30.12.2025	Mittwoch	31.12.2025	Donnerstag	01.01.2026	Freitag	02.01.2026	Samstag	03.01.2026	Sonntag	04.01.2026
	<b>Penne Bolognese</b>  Nudeln mit Tomaten-Hackfleischsauce und Parmesankäse extra {1,3,7,9,42,44}	<b>Schnitzel "Förster-Art"</b>  in Champignonrahmsauce mit Erbsen und Möhren, dazu Bauernspätzle {1,3,7,9,10,12,33,42,43,44}	<b>2 Hacksteaks in Pfefferrahmsauce</b>  mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43} Die Lieferung erfolgt gekühlt am 30.12.2025!	<b>Feurige Schaschlikpfanne</b>  gegrilltes Schweinefleisch mit Zwiebel- und Paprikastücken, dazu Reis {7,12,33,38,39,42,43,44} Die Lieferung erfolgt gefroren am 30.12.2025!	<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 {1,7,10,12,38,42}						
	<b>Paprika-Rahmbraten</b>  mit Rosenkohl und Salzkartoffeln {6,7,9,10,33,38,42,43,44}	<b>3 Apfel-Pfannkuchen (veg.)</b>  mit Vanillesauce {1,3,7,31}	<b>Hähnchenbrustfilet "natur"</b>  in Weißweinsauce mit Broccoli- Tomaten Nudeln {1,7,12,33,41,46} Die Lieferung erfolgt gekühlt am 30.12.2025!	<b>Hähnchenschnitzel Art "Cordon bleu"</b>  in Sauce mit Salzkartoffeln, dazu Erbsen und Möhren {1,7,9,10,31,42,44,46} Die Lieferung erfolgt gefroren am 30.12.2025!	<b>Buntbarschfilet "Primavera"</b>  in Senfsauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln {1,4,7,10,12,33}	<b>Rostbratwurst</b>  mit feiner Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln {9,10,38,42,43,}	<b>Frischer Möhreneintopf</b>  mit Petersilie und 1 Bockwürstchen {9,10,33,38,42,43,44}						
	0  0	0  0	0  0	0  0	0  0	0  0	<div><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></div>						
	<b>Wirsing-Eintopf</b>  mit 4 Fleischklößchen {1,3,6,9,10,42,43}	<b>Grünkohlteller</b>  mit Kasseler und Mettwurstchen, dazu Salzkartoffeln {7,9,10,31,33,38,39,43,44}	0  0	0  0	0  0	<b>Hühnerfrikassee</b>  mit Spargel und Gemüsereis {7,12,33,44,46}							
	<b>3 Kartoffelrösti (veg.)</b>  mit buntem Gemüse und Käsesauce {1,7,31}	<b>Gemüsebolognese (veg.)</b>  Erbsen, Möhren, Porree, Zucchini und Tomaten mit Spaghetti {1,9}	0  0	0  0	0  0	<b>Penne in Gorgonzolasauce (veg.)</b>  mit Blattspinat und Broccoli {1,7}							
	0  0	0  0	0  0	0  0	0  0	0  0							
	0  0	0  0	0  0	0  0	0  0	0  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 1 vom 29.12.2025 - 04.01.2026

KW 1	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 29.12	Kartoffel-Möhren-Lauch- Eintopf mit Hackfleischinlage  Nachtisch kJ: 1613 kcal: 386KH: 39,3 BE: Fett: 22,4 ZS: 13a	Schaschlik-Gulasch mit Nudeln und Salat  Nachtisch kJ: 1571 kcal: 376KH: 27,8 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,5,7,13a,16,20		Spaghetti "Funghi"* mit Champignonsoße  Nachtisch kJ: 2445 kcal: 495KH: 92,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16		Kartoffel-Möhren-Lauch- Eintopf mit Hackfleischinlage  Nachtisch kJ: 1590 kcal: 366KH: 31,6 BE: 3,5 Fett: 20,4 ZS: 13a,
Di 30.12	Hähnchenschnitzel* mit Sauce Bernaise dazu Kartoffeln und Erbsen Nachtisch kJ: 2232 kcal: 533KH: 28,6 BE: Fett: 23,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	Rinderbraten* in Zwiebel-Sahne-Soße Blumenkohl Kartoffeln Nachtisch kJ: 1465 kcal: 350KH: 32,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,13a ,16		Veget. Bolognese* mit Spaghetti  Nachtisch kJ: 1914 kcal: 445KH: 65,4 BE: Fett: 26,4 ZS: 7,13a, 16,19		Hähnchenschnitzel mit Sauce Bernaise Kartoffeln und Erbsen  Nachtisch kJ: 2215 kcal: 529KH: 26,5 BE: 3,0 Fett: 16,8 ZS: 2,3,,5,10,13a,16,20
Mi 31.12	Hackfleischpfanne mit Paprika und Pilzen Nudeln  Nachtisch kJ: 2709 kcal: 647KH: 71,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	Frische Bratwurst mit Rahm-Kohlrabi und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2296 kcal: 549KH: 31,0 BE: Fett: 28,7 ZS: 6,13a,16,		Kaiserschmarrn mit Vanillesoße  Nachtisch kJ: 2596 kcal: 620KH: 86,6 BE: Fett: 19,7 ZS: 2,7,10,13a,16		Frische Bratwurst mit Kohlrabi und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2250 kcal: 538KH: 28,5 BE: 2,5 Fett: 21,2 ZS: 6,13a,16
Do 01.01	Hähnchenschnitzel* mit Nudelsalat  Nachtisch kJ: 2561 kcal: 615KH: 661,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,5,7,10,13 a,16, 19,20			Gemüseschnitte* mit Nudelsalat  Nachtisch kJ: 2561 kcal: 615KH: 61,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19		
Fr 02.01	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1946 kcal: 465KH: 26,7 BE: Fett: 35,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19	Kohlroulade mit Specksoße dazu Püree  Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20		Ged. Gemüse* mit Sauce Hollandaise  Nachtisch kJ: 1686 kcal: 403KH: 39,2 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,5,10,13a,16		Fischfilet natur* mit Senfsoße mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1968 kcal: 448KH: 22,9 BE: 3,0 Fett: 14,5 ZS: 7,12,13a,16,20
Sa 03.01	Bunter Gemüsetopf* mit Geflügelfleischbällchen  Nachtisch kJ: 1985 kcal: 421KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 6,10,13a,16,19	Mettwurst auf Wirsinggemüse dazu Püree  Nachtisch kJ: 2679 kcal: 641KH: 38,9 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,16,20	<div> <div> <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>  <div></div> </div> <div>  </div> </div>			Bunter Gemüsetopf mit Geflügelfleischbällchen  Nachtisch kJ: 1526 kcal: 348KH: 22,0 BE: 2,0 Fett: 18,0 ZS: 6,10,13a,16,19
So 04.01	Bratwurst mit buntem Gemüse und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2322 kcal: 526KH: 32,8 BE: Fett: 22,5 ZS: 6,13a,16,	Hähnchengeschnetzeltes* in Käsesahnesoße dazu Spätzle  Nachtisch kJ: 2460 kcal: 535KH: 24,5 BE: Fett: 29,3 ZS: 2,3,7,10,,13a,16,20				Bratwurst mit buntem Gemüse und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2150 kcal: 514KH: 25,4 BE: 2,5 Fett: 20,6 ZS: ,6,13a,16,20

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxidationsmittel, 4 geschwelfelt, 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=Broteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. \* = ohne Schweinefleisch

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jodierten Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohkaroteln vom Hersteller geschwefelt.