

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	05.01.2026	Dienstag	06.01.2026	Mittwoch	07.01.2026	Donnerstag	08.01.2026	Freitag	09.01.2026	Samstag	10.01.2026	Sonntag	11.01.2026
Leberkäse mit Röstzwiebeln dazu Bayrisch-Kraut und Kartoffelpüree {1,7,12,33,38,42,43,44}	Frischer Grünkohleintopf mit Rauchfleisch und Mettwurst, dazu 1 Brötchen {1,9,10,31,33,38,39,42,43,44}	Kräftige Kartoffelsuppe mit Porree und Möhren, dazu Bockwürstchen und 1 Brötchen {1,9,10,33,38,42,43,44}	Schinken-Makkaroni in feiner Tomatenkräutersauce {1,7,33,38,42,43,44}	Alaska-Seelachsfilet im Knuspermantel gebraten mit Remouladensauce und Petersilienkartoffeln {1,3,4,9,10,31,39}	Pfannenfrikadelle in herzhafter Sauce mit geschmorten Zwiebeln, Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln {1,3,9,10,42,43}	Hühnerfrikassee mit Gemüsereis {7,12,33,44,46}							
Paniertes Hähnchenschnitzel in Rahmsauce mit Broccoli-Karottengemüse, Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln {1,3,7,33,42,46}	Sahnegeschnetzeltes vom Schwein mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bauernspätzle {1,3,7,12,33,38,42,43,44}	Pfeffersteak vom Schwein in Pfefferrahmsauce mit Erbsen-Möhrengemüse und Salzkartoffeln {7,10,42,43}	Putenschnitzel "natur" in Sahnesauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln {7,42,46}	Hühnchen "süß-sauer" Hühnerbrustwürfel mit bunter Paprika, Karotten und Ananas in süß-saurer Sauce und Reis {46}	Ungarisches Gulasch mit Champignons und Zöpfli-Nudeln {1,12,33,38,42,44}	Hubertusbraten mit einer Waldpilzsauce, dazu Pariser Karotten und 5 Kartoffelklößchen {1,6,7,9,10,33,38,42,43}							
Thailändisches Rindfleisch in Kokossauce mit typischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf!!) {1,6,38,42}	Tagliatelle in Käsekräutersauce grüne Bandnudeln mit Schinken {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	Hähnchenbrustfilet in Currysauce mit Früchten, dazu Broccoli-Nudeln {1,7,46}	1/2 gegrillte Schweinshaxe auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree {7,33,38,43,44}	Grießflammeri Sauerkirsch (veg.) mit eingelegten Sauerkirschen {1,7}	<div><p>Familien- und Krankenpflege Bochum und Wattenscheid - Menüservice -</p><p>Telefon 0234 30796 71 Telefax 0234 30796 67</p><p>Bestellungen Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr Fr. 08:00 - 11:30 Uhr</p></div>								
Schnippelbohnen-Eintopf mit Fleischeinlage {6,9,10,33,38,42,43,44}	Gebratenes Buntbarschfilet mit Senfsauce dazu Petersilienkartoffeln {1,4,7,10,12,33}	Badisches Rahmgeschnetzeltes mit Möhrengemüse und Nudeln {1,7,12,33,38,42,43,44}	Meisterfrikadelle mit Rotkohl in Pfefferrahmsauce, dazu Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	Rinderbraten in herzhafter Bratensauce mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln {6,7,33,38,42,43,44}									
Frischkäse-Spinatmaultaschen (veg.) in einer Spinat-Sahnesauce {1,3,7,31}	Eieromelette "natur" (veg.) mit Rahmspinat und Salzkartoffeln {3,7}	Gefüllte Paprikaschote (veg.) mit Gemüse gefüllt, dazu Tomatensauce und Reis {1,7,9,10}	Buntes Gemüsecurry (veg.) Champignons, Paprika, Erbsen und Karotten in einer Currysauce mit Kokosmilch, dazu Basmatireis	Champignonpfanne (veg.) in Sahnesauce mit Knoblauch und bunten Nudeln {1,7,9}									
Griechischer Nudelsalat (veg.) mit Gemüse, Hirtenkäse und Oliven, dazu Olivenbrot und Tsatsiki {1,7,9,33,36}	Chicken Nuggets mit einem bunten Trulli-Nudelsalat und Curry-Dip {1,3,7,10,31,39,46}	1/2 Forellenfilet mit Sahnemeerrettich, einem 1/2 Pfirsich und Waldorfsalat {1,3,4,7,8,9,10,12,31,33,39}	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	Eiersalat mit Mandarinen, Kochschinken und Mais, dazu Butter und Brot {1,3,6,7,10,11,12,31,33,38,39,43,44}									
Thunfisch Salat bunter Salat mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,4,10}	Caesar-Salat "Hähnchen" Römersalat mit Hähnchenbrustfilet, Croutons und gehobeltem Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,9,10,46}	Fit-Salat bunter Salat mit geräucherter Putenbrust in Streifen, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,33,38,44,46}	Salat "4-Jahreszeiten" (veg.) frischer Blattsalat mit rote Bete, gebratenen Champignons, Apfelspalten und Ziegenkäse, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,7,9,10,11}	Salat Provencale frischer Blattsalat mit Tomaten, Rucola, in Speck gebratenen Champignons, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,11,33,43,44}									

(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 KW 2 vom 05.01.2026 - 11.01.2026

KW 2	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 05.01	Serbische Bohnensuppe mit Bockwurst Nachtisch kJ: 2422 kcal: 511KH: 28,7 BE: Fett: 26,8 ZS: 6,,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Rahmsoße Gemüse und Püree Nachtisch kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,7 BE: Fett: 31,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	Fitnesssteller* mit Schafskäse und Dressing Nachtisch kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Kaiserschmarrn* mit Vanillsoße Nachtisch kJ: 2596 kcal: 620KH: 86,6 BE: Fett: 19,6 ZS: 2,7,10,13a, 16,19	Hähnchen-Gyros* mit Reis und Tomatensoße Nachtisch kJ: 2073 kcal: 496KH: 27,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 7,13a,16	Hähnchenschnitzel mit Rahmsoße Gemüse und Püree Nachtisch kJ: 2125 kcal: 508KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 23,6 ZS: 2,34,,5,6,7,10,13a,16
Di 06.01	Hacksteak mit Champignon-Speck-Rahm dazu Kräuterpüree Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 72,7 BE: Fett: 38,2 ZS: 23,4,5,7,10,13a,16,	Putenbraten* in Zwiebelsoße dazu Rösti Nachtisch kJ: 2150 kcal: 498KH: 35,4 BE: Fett: 22,0 ZS: 10,13a,16,	Bunter Salat mit Hähnchenbrust dazu Dressing Nachtisch kJ: 1654 kcal: 395KH: 25,7 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,10,13a,16, 20	Kohlrabi-Eintopf* mit Gartengemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,7,13,16,	Milchreis* mit heißen Kirschen Nachtisch kJ: 1880 kcal: 442KH: 33,5 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,7,13a,16	Kohlrabi-Eintopf mit Gartengemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2022 kcal: 498KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 7,0 ZS: 2,7,13a,16
Mi 07.01	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2289 kcal: 515KH: 55,8 BE: Fett: 27,2 ZS: 7,10,13a,16	Kassler auf Rahmwirsing dazu Püree Nachtisch kJ: 2561 kcal: 612KH: 45,1 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,	Schlemmersalat mit Schinken und Ei und Dressing Nachtisch kJ: 1536 kcal: 367KH: 15,7 BE: Fett: 16,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Eier* Königsberger-Art mit Püree Nachtisch kJ: 2161 kcal: 570KH: 34,4 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,7,13a,16,19,20	Reibekuchen* mit Apfelmus Nachtisch kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 33,8 ZS: 1,3,4,7,10,13a,19,20	Frikadelle mit Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2108 kcal: 485KH: 28,6 BE: 3,0 Fett: 25,8 ZS: 7,10,13a,16
Do 08.01	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis Nachtisch kJ: 2089 kcal: 499KH: 32,2 BE: Fett: 13,2 ZS: 7,13a,16	Rheinischer Sauerbraten* mit Nudeln und Apfelmus Nachtisch kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 2,5,7,13a,16,20	Bunter Reissalat* mit Hähnchennuggets Nachtisch kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,4 BE: Fett: 11,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Ratatouille-Gemüse* mit Reis Nachtisch kJ: 1012 kcal: 354KH: 36,8 BE: Fett: 19,2 ZS: 5,7,10,13a,16,19,21,22	Lasagne Bolognese * mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2506 kcal: 599KH: 53,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,60	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis Nachtisch kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a
Fr 09.01	Pan. Fischfilet* mit Dillsoße dazu Broccoli und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2451 kcal: 586KH: 37,2 BE: Fett: 25,0 ZS: 2,7,10,12,13a,16,	Schweinebraten mit Rahmsoße Mischgemüse Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 13a,16,20	Sunny-Surprise* Salat mit Pfirsich und Pute dazu Dressing Nachtisch kJ: 1457 kcal: 348KH: 13,3 BE: Fett: 12,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Pfannkuchen* mit Fruchtkompott Nachtisch kJ: 1842 kcal: 415KH: 37,2 BE: Fett: 42,7 ZS: 7,10,13a,16,	Tortellini mit Fleischfüllung Tomaten-Kräutersoße Salat Nachtisch kJ: 2110 kcal: 504KH: 62,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,10,13a,16	Schweinebraten mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2095 kcal: 498KH: 25,0 BE: 3,0 Fett: 23,2 ZS: 13a,16,20,
Sa 10.01	Möhreneintopf mit Bockwurst Nachtisch kJ: 892 kcal: 213KH: 12,9 BE: Fett: 22,0 ZS: 6,13a,16,	Geflügel-Kräuterbällchen* in würziger Currysoße dazu Mischgemüse und Reis Nachtisch kJ: 2642 kcal: 680KH: 62,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 5,7,13a,16,20	<div> <div> Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH Telefon: 0234 - 307 96 71 Telefax: 0234 - 307 96 67 www.mahlzeitendienst-bo.de www.fundk-bochum.de </div> <div>  </div> </div>			Möhreneintopf mit Bockwurst Nachtisch kJ: 880 kcal: 211KH: 10,2 BE: 3,0 Fett: 18,0 ZS: 6,13a,16, 19,20
So 11.01	Hähnchenbrust* mit Soße Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2491 kcal: 595KH: 23,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 13a,16,20	Schweinegulasch Buntes Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1809 kcal: 432KH: 34,5 BE: Fett: 22,8 ZS: 13a,16,				Schweinegulasch mit buntem Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1800 kcal: 430KH: 29,4 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 13a,16,

1 Konservierungsstoffe, 2 Farbstoff, 3 Antioxydationsmittel, 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=Pekana, 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

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