


# Menüplan KW 23 vom 01.06.2026 - 07.06.2026

| KW 23              | Menü 1 – silber Klassiker<br>€ 9,55/ Mini € 8,60  | Menü 2 – blau Gourmet<br>€ 9,55/ Mini € 8,60  | Menü 3 – Salat<br>€ 9,55/ Mini € 8,60  | Menü 4 – grün vegetarisch<br>€ 9,55/ Mini € 8,60  | Menü 5 – lila Allerlei<br>€ 9,55/ Mini € 8,60   | Menü 6 –rot Diabetiker geeignet<br>€ 9,55/ Mini € 8,60   |
|--------------------|---|---|--|---|---|--|
| <b>Mo</b><br>01.06 | <b>Graupensuppe</b><br>mit Mettwurst<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2080 kcal: 497KH: 29,5 BE: Fett: 34,2<br>ZS: 6,13a,19   | <b>Hacksteak</b><br>in Pfefferrahmsoße<br>dazu Erbsen und<br>Spätzle<br>Nachtsch<br>kJ: 1987 kcal: 475KH: 52,2 BE: Fett: 19,3<br>ZS: 5,10,13a,16,20                       | <b>Salatplatte mit*</b><br>Thunfisch<br>und Dressing<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0<br>ZS: 7,10,12,13a,16   | <b>Ravioli*</b><br>mit Tomatensoße<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1472 kcal: 352KH: 53,6 BE: Fett: 22,9<br>ZS: 2,3,5,7,10,13a,16                    | <b>Chili con carne</b><br>mit Reis<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1824 kcal: 436KH: 62,5 BE: Fett: 15,3<br>ZS: 13a,16,19                          | <b>Graupensuppe</b><br>mit Mettwurst<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2040 kcal: 488KH: 25,8 BE: 2,5 Fett: 30,3<br>ZS: 6,13a,16  |
| <b>Di</b><br>02.06 | <b>Hähnchenkeule*</b><br>in Estragonsoße<br>mit Buntem Gemüse<br>und Kartoffeln<br>Nachtsch<br>kJ: 1892 kcal: 452KH: 55,4 BE: Fett: 19,4<br>ZS: 7,13a,16,         | <b>Schweinerahmgulasch</b><br>mit Champignons<br>und Nudeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2433 kcal: 505KH: 49,4 BE: Fett: 25,4<br>ZS: 7,13a,16                                  | <b>Schlemmersalat*</b><br>mit gebr. Hähnchenstreifen<br>und Caesar-Dressing<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1537 kcal: 367KH: 10,7 BE: Fett: 18,6<br>ZS: 1,2,5,7,10,13a,16,20   | <b>Pilzpfanne in Rahm*</b><br>mit Nudeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2014 kcal: 481KH: 55,0 BE: Fett: 18,4<br>ZS: 7,13a,16                       | <b>Milchreis *</b><br>mit Zimt und Zucker<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2138 kcal: 529KH: 82,5 BE: Fett: 18,0<br>ZS: 1,2,3,5,7,13a,16,19,        | <b>Hähnchenkeule*</b><br>in Estragonsoße<br>mit Buntem Gemüse<br>und Kartoffeln<br>Nachtsch<br>kJ: 1875 kcal: 442KH: 30,7 BE: 3,0 Fett: 16,3<br>ZS: 7,13a,16                   |
| <b>Mi</b><br>03.06 | <b>Königsberger Klopse</b><br>in Kapermtunke<br>Rote-Beete-Salat<br>Salzkartoffeln<br>Nachtsch<br>kJ: 2244 kcal: 536KH: 23,0 BE: Fett: 18,5<br>ZS: 7,10,13a,16,20 | <b>Nürnberger Würstchen</b><br>mit Sauerkraut<br>und Püree<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2298 kcal: 521KH: 25,9 BE: Fett: 26,8<br>ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,16,20                   | <b>Gemischter Salat</b><br>mit Schafskäse<br>und Dressing<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1189 kcal: 284KH: 8,3 BE: Fett: 4,3<br>ZS: 2,5,7,10,13a,16,20   | <b>Senf-Eier*</b><br>mit Kartoffeln<br>und Salat<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1340 kcal: 320KH: 27,6 BE: Fett: 15,4<br>ZS: 7,10,13a,16,20         | <b>Thunfischauflauf*</b><br>mit Käse überbacken<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2192 kcal: 524KH: 66,0 BE: Fett: 38,0<br>ZS: 2,5,7,10,12,13a,16,19 | <b>Senf-Eier</b><br>mit Kartoffeln<br>und Salat<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1299 kcal: 315KH: 22,2 BE: 2,5 Fett: 14,5<br>ZS: 7,10,13a,16,20   |
| <b>Do</b><br>04.06 | <b>Spießbraten</b><br>auf Wirsinggemüse<br>Kartoffelpüree<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2012 kcal: 475KH: 15,9 BE: Fett: 26,8<br>ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16                 | <b>Hähnchengeschnetzeltes</b><br>in Pfefferrahmsoße<br>mit Champignons<br>dazu Spätzle<br>Nachtsch<br>kJ: 2676 kcal: 640KH: 31,8 BE: Fett: 41,2<br>ZS: 1,5,7,10,13a,16,20 |  | <b>Kartoffel-Käse-Lauch-*</b><br>Paprika-Suppe<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2340 kcal: 560KH: 24,8 BE: Fett: 18,4<br>ZS: 2,3,7,13a,16,19,         |   | <b>Hähnchengeschnetzeltes*</b><br>in Pfefferrahmsoße<br>mit Champignons<br>dazu Spätzle<br>Nachtsch<br>kJ: 2640 kcal: 631KH: 26,8 BE: 3,0 Fett: 25,1<br>ZS: 1,5,7,10,13a,16,20 |
| <b>Fr</b><br>05.06 | <b>Pan. Fischfilet*</b><br>mit Senfsoße<br>Salat<br>und Kartoffeln<br>Nachtsch<br>kJ: 1987 kcal: 475KH: 41,7 BE: Fett: 25,0<br>ZS: 1,5,7,12,13a,16,20             | <b>Geflügelschasklikpfanne*</b><br>mit Paprika und Zwiebeln<br>dazu Nudeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2228 kcal: 532KH: 60,8 BE: Fett: 16,4<br>ZS: 7,13a,16,20                | <b>Bunter Salat</b><br>mit Frikadelle<br>und Dressing<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1915 kcal: 458KH: 19,0 BE: Fett: 23,0<br>ZS: 1,2,7,10,13a,16,20   | <b>Möhreneintopf*</b><br>mit frischen Gartenkräutern<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1772 kcal: 422KH: 36,0 BE: 0,0 Fett: 18,4<br>ZS: 7,13a,16,19,22 | <b>Kaiserschmarrn</b><br>mit Vanillesoße<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2596 kcal: 567KH: 87,8 BE: Fett: 24,5<br>ZS: 1,7,10,13a,16,20             | <b>Möhreneintopf*</b><br>mit frischen Gartenkräutern<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1765 kcal: 415KH: 29,6 BE: 3,0 Fett: 10,6<br>ZS: 7,13a,16,19                                       |
| <b>Sa</b><br>06.06 | <b>Linsensuppe</b><br>mit Mettwurst<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1784 kcal: 426KH: 25,0 BE: Fett: 23,0<br>ZS: 1,6,13a,16,19   | <b>Hähnchenschnitzel*</b><br>mit Mischgemüse<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2642 kcal: 680KH: 32,0 BE: Fett: 29,0<br>ZS: 10,13a,16,                             | <p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH</b><br/>Telefon: 0234 - 307 96 71<br/>Telefax: 0234 - 307 96 67</p> <p><a href="http://www.mahlzeitendienst-bo.de">www.mahlzeitendienst-bo.de</a><br/><a href="http://www.fundk-bochum.de">www.fundk-bochum.de</a></p> <p><b>Besteller/Name:</b></p> <p>_____</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>Hähnchenschnitzel*</b><br>mit Mischgemüse<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2533 kcal: 605KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 22,8<br>ZS: 5,7,10,13a,16,19,                       |
| <b>So</b><br>07.06 | <b>Frikadelle</b><br>mit Rotkohl<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 2415 kcal: 577KH: 52,5 BE: Fett: 26,5<br>ZS: 6,10,13a,16,                               | <b>Geflügelgulasch*</b><br>mit Möhrengemüse<br>und Nudeln<br><br>Nachtsch<br>kJ: 1809 kcal: 432KH: 34,5 BE: Fett: 22,8<br>ZS: 13a,16                                      |  |   |   |  |

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere Kalorienangaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit Jodiertem Salz. 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=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.

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

|                    | Montag 01.06.2026  | Dienstag 02.06.2026  | Mittwoch 03.06.2026  | Donnerstag 04.06.2026   | Freitag 05.06.2026  | Samstag 06.06.2026   | Sonntag 07.06.2026  |
|--------------------|--|--|--|---|---|--|---|
| <b>Menü 1</b>      | <b>2 Hacksteaks in Pfefferrahmsauce</b><br><br>mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}          | <b>4 Bratwürstchen "Nürnberger Art"</b><br><br>auf Sauerkraut und Kartoffelpüree {7,9,10,33,38,43,44}  | <b>Feiner Porree-Eintopf</b><br><br>mit Hackfleisch, Käse und Sahne, dazu 1 Brötchen {1,6,7,42}  | <b>Paniertes Schweineschnitzel</b><br><br>in herzhafter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {1,7,9,10,42,43} Die Lieferung erfolgt gekühlt am 03.06.2026! | <b>Gebratenes Fischfilet</b><br><br>in Senfsauce, dazu Petersilienkartoffeln und Salat {1,4,7,10,12,33,39}  | <b>Gebratenes Hähnchenschnitzel</b><br><br>in feiner Sauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree {1,7,33,42,46}  | <b>Pfeffer-Hacksteak</b><br><br>in Pfefferrahmsauce mit Speckbohnen und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,33,42,43,44} |
| <b>Menü 2</b>      | <b>Hähnchenschnitzel Art "Cordon bleu"</b><br><br>in Sauce mit Kartoffelpüree, dazu Erbsen und Möhren {1,7,31,42,44,46}                    | <b>Schweinesteak "Berner Art"</b><br><br>in feiner Champignonkäsesauce, dazu Broccoli mit gerösteten Mandeln und Spätzle {1,3,7,8,10,12,31,33,43,44} | <b>Putenschnitzel "Sauce Provencale"</b><br><br>mit Sommergemüse und Bandnudeln {1,7,42,46}  | <b>2 Hähnchenbrustfilets "natur"</b><br><br>in einer pikanten Currysauce, dazu Zuckererbsen und Bandnudeln {1,7,46} Die Lieferung erfolgt gekühlt am 03.06.2026!  | <b>Geflügel-Geschnetzeltes</b><br><br>mit Pilzen in Sahnesauce und hausgemachten Spätzle {1,3,7,12,33,44,46}  | <b>5 Königsberger Klopse</b><br><br>in feiner Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,33,42,43}   | <b>Rindergulasch</b><br><br>mit Rotkohl und Salzkartoffeln {12,33,38,42,44}                                     |
| <b>Menü 3</b>      | <b>Albondigas</b><br><br>Spanische Fleischbällchen in feurig-scharfer Tomatensauce mit Reis {1,3,7,9,10,33,39,43,44}                       | <b>5 Reibekuchen (veg.)</b><br><br>mit warmem Apfelmus {1,3,33}  | <b>Spargel mit Sauce Hollandaise</b><br><br>und Petersilienkartoffeln, dazu Schinkenwürfel extra {3,7,9,10,33,43,44}   | <b>0</b><br><br>0   | <b>Makkaroni "alla Bolognese"</b><br><br>mit einer herzhaften Tomaten-Hackfleischsauce und italienischem Hartkäse extra {1,7,42,44}   |  <p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum und Wattenscheid - Menüservice -</b></p> <p><b>Telefon 0234 30796 71</b><br/><b>Telefax 0234 30796 67</b></p> <p><b>Bestellungen</b><br/><b>Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr</b><br/><b>Fr. 08:00 - 11:30 Uhr</b></p> |   |
| <b>Menü 4</b>      | <b>Hühnersuppentopf</b><br><br>mit frischer Gemüseeinlage und Reis {9,46}  | <b>Gedünstetes Seehechtfilet</b><br><br>in Gemüserahmsauce mit Petersilienkartoffeln {4,7,9,33}  | <b>Pfefferrahmbraten</b><br><br>in feiner Sauce mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln {6,7,9,10,38,42,43}  | <b>0</b><br><br>0   | <b>Schweinerollbraten</b><br><br>in herzhafter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {7,10,38,42,43}  |  |   |
| <b>Vegetarisch</b> | <b>Gemüse-Pastapfanne (veg.)</b><br><br>Mezze Penne mit Paprika, Mais und Erbsen, garniert mit Hirtenkäse {1,7}                            | <b>Asiatisches Wok-Gemüse (veg.)</b><br><br>dazu köstlicher Basmatireis {1,6}  | <b>Gebackener Hirtenkäse (veg.)</b><br><br>mit Kaisergemüse und Pestospaghetti {1,3,7,44}  | <b>0</b><br><br>0   | <b>Kräuterrührei (veg.)</b><br><br>mit Blattspinat und Kartoffelpüree {3,7,9}   |  |   |
| <b>Kalt</b>        | <b>Heringsstipp "Hausfrauenart"</b><br><br>mit Äpfeln und Zwiebeln in Sahnesauce, dazu Brot und Butter {1,3,4,6,7,10,33,39}                | <b>Gebratenes Hähnchenschnitzel</b><br><br>mit Nudelsalat {1,3,10,12,39,46}  | <b>Rote Grütze (veg.)</b><br><br>mit Vanillesahnesauce und Sahnequark Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {7,31}  | <b>0</b><br><br>0   | <b>Griechischer Bauernsalat (veg.)</b><br><br>Tomate- Gurken-, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Kornkrustenbrot {1,6,7,11,12,36}             |  |   |
| <b>Salat</b>       | <b>Thunfisch Salat</b><br><br>bunter Salat mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,4,10} | <b>Chefsalat</b><br><br>bunter Salat mit Käse- und Schinkenstreifen und Tomaten, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,33,38,43,44}  | <b>Wildkräuter Salat (veg.)</b><br><br>Eisbergsalat, Wildkräutersalat, Bärlauch-Kartoffeln, gebratene Champignons und Hirtenkäse, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,10} | <b>0</b><br><br>0   | <b>Orientalischer Salat</b><br><br>bunter Salat mit marinierten Kichererbsen, Geflügelfrikadellen und Tomaten, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,10,33,46} |  |   |

(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