


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

	Montag 06.07.2026	Dienstag 07.07.2026	Mittwoch 08.07.2026	Donnerstag 09.07.2026	Freitag 10.07.2026	Samstag 11.07.2026	Sonntag 12.07.2026	
Menü 1	Rostbratwurst mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Zwiebelsauce {9,10,38,42,43}	Pfannenfrikadelle in herzhafter Sauce mit geschmorten Zwiebeln, Frühlingsgemüse und Salzkartoffeln {1,3,9,10,42,43}	Frischer Möhreintopf mit 1 Bockwürstchen, dazu 1 Brötchen {1,9,10,33,38,42,43,44}	Steak vom Schweinerücken in Rahmsauce mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln {7,10,42,43}	Gebackenes Schollenfilet mit heißem Speck-Kartoffelsalat und Remouladensauce {1,3,4,9,10,12,33,39,43,44}	2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art" mit hausgemachten Spätzle {1,3,7,12,33,38,42,43,44}	
Menü 2	Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsereis {7,12,33,44,46}	Hähnchenpfanne "Shanghai" dazu Bandnudeln {1,6,46}	Gefüllte Paprikaschote mit Hackfleisch, dazu Tomatensauce und Reis {3,7,42,43}	3 Apfel-Pfannkuchen (veg.) mit Vanillesauce {1,3,7,31}	Geflügel-Geschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Reis {7,12,33,42,44,46}	Hähnchenschnitzel in Geflügelrahmsauce mit Rotkohl und Kartoffelpüree {1,7,42,46}	Putenschnitzel "natur" in Sahnesauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln {7,42,46}	
Menü 3	Frischkäse-Spinatmaultaschen in einer Schinken-Spinatkäsesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	1/2 gegrillte Schweinshaxe auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree {7,33,38,43,44}	Chicken Crossies in knuspriger Panade mit Barbecuesauce und Broccoli-Tomaten-Nudeln {1,31,46}	Gegrillte Hähnchenkeule auf mediterranem Grillgemüse mit Reis {12,31,33,46}	Tagliatelle in Käsekräutersauce grüne Bandnudeln mit Schinken {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	 <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>		
Menü 4	Linsensuppe mit Gemüse und 2 Wiener Würstchen {6,9,10,12,33,38,42,43,44}	Gebratenes Buntbarschfilet in feiner Rieslingsauce mit Blattspinat und Salzkartoffeln {1,4,7,12,33,41}	Rindergulasch mit Rotkohl und Salzkartoffeln {12,33,38,42,44}	Mageres Kasseler mit Sauerkraut und Kartoffelpüree {7,33,38,43,44}	Lebergeschnetzeltes in feiner Apfel- Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree {7,33,42}			
Vegetarisch	Gemüseschnitzel (veg.) mit Erbsen und Möhren in Sauce Hollandaise mit Kräuterpüree {1,3,7,9,33}	Spaghetti Bolognese (veg.) mit Gemüse-Soja-Bolognese {1,6}	Senfeier (veg.) mit Petersilienkartoffeln {3,7,10,12,33}	Italienische Nudelplatte (veg.) Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in Kräutertomatensauce {1,3,7,31}	Eieromelette "natur" (veg.) mit Rahmspinat und Salzkartoffeln {3,7}			
Kalt	2 Heringsfilets in süß-saurer Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffel- Specksalat ohne Mayonnaise {1,3,4,6,7,9,10,12,33,39,42,43,44}	Geflügelsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter {1,3,6,7,10,12,33,39,44,46}	Sahnequark mit Himbeeren (veg.) und Gebäck Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {1,3,6,7}	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,39,43}	Italienischer Pastasalat "Capri" mit frischem Gemüse und gewürfeltem Hähnchenfilet, dazu Olivenbrot und Butter {1,3,7,9,33,44,46}			
Salat	Salat Bella Italia (veg.) frischer Salat mit Mozzarella, Rucola, Cocktail-Tomaten, marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,7}	Bunter Salat Mix (veg.) Salat mit Bärlauch-Kartoffeln, Hirtenkäse und Granatapfel, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,10}	Hirtensalat mit Geflügelhackfleischbällchen, Hirtenkäse, Tomaten und Paprika, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,46}	Salat Allgäuer Art Eisberg- und Feldsalat mit Röstibällchen gefüllt mit Bergkäse und Speck, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,7,10,43,44}	Levante Salat (veg.) Rote Bete Falafel-Bällchen, Eisbergsalat, Minze, Karotten, Gurken, Walnüsse 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 28 / 06.07.2026 - 12.07.2026

KW 28	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 06.07	Linsensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1784 kcal: 426KH: 25,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 1,6,13a,16	Schweinegeschnetzeltes mit Rosenkohl und Nudeln Nachtsch kJ: 2230 kcal: 478KH: 32,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 5,7,10,13a,16	Bunter Salat* mit Thunfisch und Dressing Nachtsch kJ: 1980 kcal: 473KH: 19,0 BE: Fett: 12,4 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	Nudeln mit* fruchtiger Tomatensoße Nachtsch kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	Apfelstrudel* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1930 kcal: 461KH: 38,0 BE: Fett: 13,6 ZS: 2,3,10,13,16a	Linsensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1761 kcal: 408KH: 21,0 BE: 3,0 Fett: 19,4 ZS: 1,6,13a,16
Di 07.07	Hühnerfricassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtsch kJ: 1892 kcal: 452KH: 65,4 BE: Fett: 28,9 ZS: 7,13a,16	Herzhafte Bratwurst mit Blumenkohl und Stampfkartoffeln Nachtsch kJ: 2144 kcal: 512KH: 28,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,5,6,13a,16	Geflügelsalat* 1 Brötchen Nachtsch kJ: 1521 kcal: 318KH: 7,8 BE: Fett: 19,4 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	Frühlingsrolle* mit Gemüsefüllung und Reis Nachtsch kJ: 2001 kcal: 478KH: 31,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,7,13a,16,19	Spaghetti Carbonara Nachtsch kJ: 2178 kcal: 520KH: 64,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,6,7,10,13a,16	Hühnerfricassee mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtsch kJ: 1855 kcal: 438KH: 42,7 BE: 3,0 Fett: 22,0 ZS: 7,13a,16
Mi 08.07	Geb. Fleischkäse Sauerkraut und Kartoffelpüree Nachtsch kJ: 2771 kcal: 662KH: 27,0 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,4,10,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Kohlrabi und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 27,0 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Bunter Salat mit Hähnchennuggets dazu Dressing Nachtsch kJ: 1458 kcal: 388KH: 18,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Kartoffelklöße* mit Zwiebelsoße dazu Rotkohl Nachtsch kJ: 2171 kcal: 519KH: 78,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 1,2,3,7,13a,16,19	Kartoffelgratin mit Hackfleisch und Käse überbacken Nachtsch kJ: 2226 kcal: 531KH: 31,6 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Kohlrabi und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2146 kcal: 513KH: 23,6 BE: 3,0 Fett: 24,7 ZS: 5,7,10,17,13a,16,20
Do 09.07	Schweinegulasch "Förster-Art" mit Erbsen dazu Kartoffeln Nachtsch kJ: 2245 kcal: 537KH: 31,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,13a,16,20	Westf. Dicke Bohnen mit Krustenbraten und Püree Nachtsch kJ: 2245 kcal: 520KH: 48,0 BE: Fett: 38,7 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	Gemischter Salat mit Putenstreifen und Dressing Nachtsch kJ: 1332 kcal: 32KH: 16,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,10,13a,16,20	Kartoffel-Käse-Lauch* Paprika-Suppe Nachtsch kJ: 2340 kcal: 560KH: 24,0 BE: Fett: 15,4 ZS: 2,3,7,13a,16,20	Reibekuchen* mit Apfelmus Nachtsch kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 10,6 ZS: 2,3,10,13a,16	Schweinegulasch Förster-Art mit Erbsen dazu Kartoffeln Nachtsch kJ: 2220 kcal: 485KH: 28,7 BE: 3,0 Fett: 20,0 ZS: 7,13a,16,20
Fr 10.07	Fischfilet paniert in Dill-Curry-Soße Broccoli und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2146 kcal: 513KH: 28,7 BE: Fett: 17,2 ZS: 7,10,12,13a,16,20	Zwiebel-Rahm-Schnitzel mit Nudeln Nachtsch kJ: 2285 kcal: 545KH: 52,0 BE: Fett: 24,4 ZS: 7,13a,16	Frikadelle mit Nudelsalat Nachtsch kJ: 2535 kcal: 513KH: 55,8 BE: Fett: 32,4 ZS: 1,2,3,7,10,13a,16,20	Broccoli* in Rahmsoße dazu Kartoffeln Nachtsch kJ: 1260 kcal: 313KH: 36,4 BE: Fett: 8,5 ZS: 7,13a,16	Hähnchencurry* mit Reis Nachtsch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 27,0 ZS: 2,5,7,13a,16	Fischfilet "natur" mit Dill-Curry-Soße Broccoli Kartoffeln Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 25,7 BE: 3,0 Fett: 7,6 ZS: 7,12,13a,16,20
Sa 11.07	Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln und Hackfleisch Nachtsch kJ: 1878 kcal: 449KH: 29,3 BE: Fett: 21,0 ZS: 6,13a,16	Hacksteak mit Brechbohnen und Püree Nachtsch kJ: 1972 kcal: 471KH: 37,0 BE: Fett: 25,7 ZS: 6,7,10,13a,16	<p>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH Telefon: 0234 - 307 96 71 Telefax: 0234 - 307 96 67</p> <p>www.mahlzeitendienst-bo.de www.fundk-bochum.de</p> <p>Besteller/Name:</p> <hr/> <p>Bitte beachten Sie, dass wir an den Wochenenden und an Feiertagen einen Aufschlag von 0,20 € berechnen. Bitte kreuzen Sie ihre Menüauswahl entsprechend an.</p>			Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln und Hackfleisch Nachtsch kJ: 1950 kcal: 466KH: 27,3 BE: 3,0 Fett: 27,4 ZS: 13a,16,19
So 12.07	Hähnchenbrust* mit Fingermöhren dazu Kartoffeln Nachtsch kJ: 2120 kcal: 507KH: 64,7 BE: Fett: 24,2 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Bratwurst mit Gemüse und Püree Nachtsch kJ: 1906 kcal: 456KH: 42,6 BE: Fett: 28,7 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,17				

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=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