Menüplan KW 49 vom 30.11.2026 - 06.12.2026

KW 49	Menü 1 – silber Klassiker € 10,55/ Mini € 9,75	Menü 2 – blau Gourmet € 10,55/ Mini € 9,75	Menü 3 – Salat € 10,55/ Mini € 9,75	Menü 4 – grün vegetarisch € 10.55/ Mini € 9,75	Menü 5 – lila Allerlei € 10,55/ Mini € 9,75	Menü 6–rot Diabetiker geeignet € 10,55/ Mini € 9,75
Mo **30.11**	**Schnittbohnen-Eintopf** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1755 kcal: 419KH: 15,2 BE: Fett: 29,4 ZS: 6,13a,16,20	**Ung. Rindergulasch*** mit Nudeln Nachtisch kJ: 2119 kcal: 498KH: 32,8 BE: Fett: 29,0 ZS: 7,13a,16,19,20	**Gemischter Salat*** mit Käsestreifen und Dressing Nachtisch kJ: 1418 kcal: 298KH: 10,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 1,2,7,13a,10,16,20	**Nudeln*** mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 38,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a,16,	**Cevapcici** mit Tomatensoße und Reis Nachtisch kJ: 2112 kcal: 441KH: 32,0 BE: Fett: 34,0 ZS: 5,13a.16,	**Ung. Rindergulasch*** mit Nudeln Nachtisch kJ: 2022 kcal: 472KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 7,13a,16,20
Di **01.12**	**Wirsingroulade** mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,4 BE: Fett: 28,3 ZS: 2,3,4,5,710,13a,16,19,20,22	**Putenbraten*** mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2224 kcal: 585KH: 28,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20	**Thunfischtraum*** bunter Salat mit Thunfisch Mais und Zwiebeln dazu Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 518KH: 10,9 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,10,13a,16,20	**Kohlrabi in*** Bechamelsoße dazu Schwenkkartoffeln Nachtisch kJ: 945 kcal: 226KH: 24,1 BE: Fett: 12,3 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	**Fleischwurstgulasch** mit Salat und Nudeln Nachtisch kJ: 2343 kcal: 560KH: 52,9 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,3,5,7,13a,16,19	**Wirsingroulade** mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2231 kcal: 521KH: 22,5 BE: 3,0 Fett: 20,1 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20,22
Mi **02.12**	**Schweine-Cordon-bleu** mit Karottengemüse und Püree Nachtisch kJ: 2249 kcal: 538KH: 25,9 BE: Fett: 28,6 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	**Hähnchenbrust*** mit Champignon- Sahnesoße und Bratkartoffeln Nachtisch kJ: 2568 kcal: 599KH: 58,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 3,5,7,10,13a,16	**Gem. Salat*** mit Schinken und Ei und Dressing Nachtisch kJ: 1635 kcal: 378KH: 17,2 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,6,7,10,13a.16.20	**Gemüse-Lasagne*** mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2889 kcal: 691KH: 60,0 BE: Fett: 15,9 ZS: 2,4,5,7,10,13,16a	**Kartoffel-Sauerkraut-** Auflauf mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2376 kcal: 578KH: 44,5 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16,19	**Schweine-Cordon-bleu** mit Karottengemüse und Püree Nachtisch kJ: 2245 kcal: 537KH: 22,8 BE: 3,0 Fett: 22,6 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20
Do **03.12**	**Cremige Champignon-** Hähnchenpfanne mit Spätzle Nachtisch kJ: 1938 kcal: 467KH: 55,0 BE: Fett: 25,6 ZS: 5,7,10,13a,16,19	**Frische Bratwurst** mit Rahmkohlrabi und Püree Nachtisch kJ: 2180 kcal: 490KH: 37,4 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,4,6,7,10,13a,16,20	**Bunter Salatteller*** mit Tomaten-Mozarella und Dressing Nachtisch kJ: 2010 kcal: 391KH: 17,9 BE: Fett: 4,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16,	**Vegetarische Nuggets*** mit Reis und Tomatensoße Nachtisch kJ: 2503 kcal: 598KH: 86,8 BE: Fett: 10,4 ZS: 7,10,13a,16,17,21,22	**Hähnchen-Paprika-Pfanne** mit Reis Nachtisch kJ: 2069 kcal: 494KH: 36,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 7,13a,16,19	**Frische Bratwurst** mit Kohlrabi und Püree Nachtisch kJ: 2097 kcal: 466KH: 27,5 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 2,4,6,7,13a,16,20
Fr **04.12**	**Pan. Fischfilet*** mit Kräutersoße und Fingermöhrchen dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 2068 kcal: 484KH: 28,2 BE: Fett: 18,1 ZS: 7,10,12,13a,16,17,14,19,20	**Grünkohl** mit Kassler dazu Püree Nachtisch kJ: 2257 kcal: 539KH: 32,2 BE: Fett: 24,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,	**Kartoffelsalat** mit Frikadelle Nachtisch kJ: 2638 kcal: 631KH: 46,5 BE: Fett: 35,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	**Nudeln*** mit Spinat-Käsesoße Nachtisch kJ: 1678 kcal: 401KH: 62,3 BE: Fett: 11,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,22	**Lasagne Bolognese** mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2506 kcal: 599KH: 53,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,16,19	**Gedämpftes Fischfilet*** mit Kräutersoße und Fingermöhrchen dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 1985 kcal: 432KH: 28,8 BE: 3,5 Fett: 17,0 ZS: 7,10,12,13a,16
Sa **05.12**	**Steckrüben-Eintopf** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1004 kcal: 240KH: 16,0 BE: Fett: 10,8 ZS: 6,13,a,16,	**Mettwurst** mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2278 kcal: 544KH: 31,8 BE: Fett: 25,7 ZS: 2,3,4,6,7,10,13a,16,				**Steckrüben-Eintopf** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1004 kcal: 240KH: 16,0 BE: 3,0 Fett: 10,0 ZS: 6,13a,16
So **06.12**	**Hähnchenbrust** mit Blumenkohl dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 2168 kcal: 518KH: 38,4 BE: Fett: 24,3 ZS: 13a,16,	**Bratwurst** mit Gemüse dazu Spätzle Nachtisch kJ: 1987 kcal: 475KH: 53,0 BE: Fett: 28,7 ZS: 2,3,5,6,7,10,13a,16				**Bratwurst** mit Gemüse dazu Spätzle Nachtisch kJ: 1970 kcal: 471KH: 38,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,3,5,6,7,10,13a,16,20

Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH
Telefon: 0234 – 307 96 79
Telefax: 0234 – 307 96 67

www.mahlzeitendienst-bo.de
www.fundk-bochum.de

Besteller / Name

_____

Familien- und Krankenpflege Bochum
Für die Menschen, die uns brauchen.

Bitte beachten Sie, dass wir an den Wochenenden und an Feiertagen einen Aufschlag von 0,30 € berechnen. Bitte kreuzen Sie ihre Menüauswahl entsprechend an.

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

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

49. Woche

30.11.2026 - 06.12.2026

Menüplan *(Menüauswahl bitte in den Menüfeldern ankreuzen)*

Besteller / Name: _____

Alle Menüs 11,99 € / Wochenende und Feiertage Aufschlag 0,30 € / Portion

	Montag 30.11.2026	Dienstag 01.12.2026	Mittwoch 02.12.2026	Donnerstag 03.12.2026	Freitag 04.12.2026	Samstag 05.12.2026	Sonntag 06.12.2026
Menü 1	**Penne Bolognese** Nudeln mit Tomaten-Hackfleischsauce und italienischem Hartkäse extra {1,7,9,42,44}	**Gebratenes Hähnchenschnitzel** in feiner Sauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree {1,7,33,42,46}	**Frischer Grünkohleintopf** mit Rauchfleisch und Mettwurst, dazu 1 Brötchen {1,9,10,33,38,39,42,43,44}	**Hacksteak "Meisterart"** in Pfefferrahmsauce, Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotten, Broccoli), Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	**Ungarisches Gulasch** mit Champignons und Zöpfli-Nudeln {1,12,33,38,42,44}	**Geflügel-Geschnetzeltes** in Champignonsauce mit Spiral-Nudeln {1,7,12,33,42,44,46}	**Rheinischer Sauerbraten** in feiner Sauce mit Rosenkohl und 5 Kartoffelklößchen {1,7,10,12,38,42}
Menü 2	**Hähnchenschnitzel "Madagaskar"** in einer pikanten Curry-Pfeffersauce mit Ananas und Pfirsich, dazu Risi Bisi {7,46}	**Berner Pfanne** Schweinegeschnetzeltes, Käse, Crème fraîche, Paprika und Zwiebeln, dazu Zöpflinudeln {1,7,31,38,42,43}	**Jägerschnitzel "natur"** in Champignon-Crèmesauce mit Rosenkohl und Zöpfli-Nudeln {1,7,10,12,33,42,43,44}	**3 Blaubeer-Pfannkuchen (veg.)** mit Vanillesauce {1,3,7,31}	**Buntbarschfilet "Primavera"** in Senfsauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln {1,4,7,10,12,33}	**Rostbratwurst** mit feiner Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln {9,10,38,42,43,}	**Frischer Möhreneintopf** mit Petersilie und 1 Bockwürstchen {9,10,33,38,42,43,44}
Menü 3	**Bigos - Polnischer Krauttopf** mit Weißkohl und Sauerkraut, Schweinegulasch, Speck und Cabanossi, dazu Petersilienkartoffeln {10,12,33,38,43,44}	**Albondigas** Spanische Fleischbällchen in feurig-scharfer Tomatensauce mit Reis {1,3,7,9,10,33,39,43,44}	**Hähnchenfilet "Sizilia"** 2 Hähnchenfilets auf frischem Tomaten-Olivensugo, dazu Thymiankartoffeln {3,7,36,44,46}	**Tagliatelle "al prosciutto"** grüne Bandnudeln mit Schinken und Pilzen in milder Sahnesauce {1,3,7,10,12,33,38,42,43,44}	**Meyers große Nudelplatte** Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in einer Bolognesesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	Familien- und Krankenpflege Bochum Für die Menschen, die uns brauchen. **Familien- und Krankenpflege Bochum und Wattenscheid - Menüservice -** **Telefon 0234 30796 71** **Telefax 0234 30796 67** **Bestellungen** **Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr** **Fr. 08:00 - 11:30 Uhr**	
Menü 4	**Wirsing-Eintopf** mit 4 Fleischklößchen {1,3,6,9,10,42,43}	**Kräuterrührei mit Schinken** dazu Spinat und Salzkartoffeln {3,7,33,38,43,44}	**Frisches Fischfilet** gedünstet in Gemüserahmsauce und Petersilienkartoffeln {4,7,9,33}	**Putenbrust "natur"** in feiner Bratensauce mit Tomatenwürfeln, Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln {7,42,46}	**Hühnerfrikassee** mit Spargel und Gemüsereis {7,12,33,44,46}		
Vegetarisch	**Vegetarische Kohlroulade (veg.)** in Zwiebelrahmsauce mit Petersilienkartoffeln {1,3,6,7,9}	**Spaghetti in Tomaten-Gemüsesugo (veg.)** mit Ziegenkäse und Pinienkernen {1,7,12,33,44}	**Bunte Reispfanne (veg.)** mit Paprika und Mais, dazu eine Tomaten-Basilikumsauce garniert mit Hirtenkäse {7}	**Pikanter Ungarischer Eintopf (veg.)** mit Paprika, Bohnen und Kartoffeln, dazu ein Vollkornbrötchen {1,11}	**Feinschmecker Eieromelette (veg.)** auf Rahmspinat mit Kartoffelpüree {3,7}		
Kalt	**Gyrosbraten** mit Krautsalat und hausgemachtem Tsatsiki {7,9,33,36,38,43}	**Chicken Nuggets** knusprige Hähnchenstücke mit Currydip und buntem Nudelsalat {1,3,7,10,12,39,46}	**Griechischer Bauernsalat (veg.)** Tomate- Gurken-, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Kornkrustenbrot {1,6,7,11,12,36}	**Gebratenes Schweinekotelett** mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,39,43}	**Eiersalat** mit Mandarinen, Kochschinken und Mais, dazu Butter und Brot {1,3,6,7,10,11,12,33,38,39,43,44}		
Salat	**Thunfisch Salat** mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,4,10}	**Salat Hawaii** mit Schinken, Ananas, Gurken und Tomaten,dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,6,7,11,33,38,43,44}	**Salat Sweet Dreams (veg.)** mit Melonenwürfeln, Apfelspalten, Weintrauben, Walnüssen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,8,10,11}	**Tropical Dream** frischer Salat mit gebratener Hähnchenbrust und Mangowürfeln, Tomaten, Gurken und Mandelblättern garniert, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,8,10,11,46}	**Frischkäse Salat (veg.)** mit Mangold, Spinat, Eisbergsalat, Tomaten, Walnuss-, Pinienkernen und Frischkäse, dazu Honig-Senf Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,7,8,9,10,11,33}		

(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



menüService

KW 49 Bitte bestellen Sie nach Möglichkeit stets eine Woche im Voraus. Dies erleichtert dem Küchenchef die Einkaufsplanung.

	Menü 1 12,99 €	Menü 2 12,99 €	Salat 1 11,99 €	Salat 2 11,99 €	Salat 3 11,99 €	Salat 4 11,99 €
Montag 30.11.2026	Bifteki mit Schafskäse gefüllt dazu Djuvecreis & Krautsalat	Champignonpfanne mit Speck & Zwiebeln & Knobi-Dip	Salat mit Fetakäse und Oliven ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Käse und Schinken ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Hähnchen ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Thunfisch ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing
Mittwoch 02.12.2062	Erbsensuppe mit Bockwurst	Schaschliktopf mit Paprika & Nudeln	Salat mit Fetakäse und Oliven ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Käse und Schinken ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Hähnchen ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Thunfisch ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing
Freitag 04.12.2026	Wirsingeintopf mit Hackfleisch	Fischfrikadelle mit Salzkartoffeln & Gurkensalat	Salat mit Fetakäse und Oliven ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Käse und Schinken ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Hähnchen ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing	Salat mit Thunfisch ☐ Balsamico-Dressing ☐ Honig-Senf-Dressing ☐ French Dressing ☐ Joghurt-Dressing

Eine Abteilung der:
Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH / menüService
Telefon: 0234/30796-79
Telefax: 0234/30796-67
www.mahlzeitendienst-bo.de

Bestellungen
Mo.-Do. 08:00 bis 11:30 Uhr
Fr. 08:00 bis 10:30 Uhr

Besteller*in (Name):