

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

	Montag 28.07.2025	Dienstag 29.07.2025	Mittwoch 30.07.2025	Donnerstag 31.07.2025	Freitag 01.08.2025	Samstag 02.08.2025	Sonntag 03.08.2025
Menü 1	5 Königsberger Klopse in feiner Kapernsauce mit Salzkartoffeln und Gurkenhappen {1,3,7,9,10,33,39,42,43}	Spaghetti Bolognese Spaghetti mit herzhafter Hackfleisch-Tomatensauce und Kräutern der italienischen Küche, Parmesankäse extra {1,3,7,42,44}	Hausgemachte Erbsensuppe mit Speck, 1 Mettwurstchen und 1 Brötchen {1,6,9,10,31,33,38,39,42,43,44}	Deftige Bauernplatte Kasseler, Bratwürstchen "Thüringer Art" und Bauchfleisch auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln {1,7,9,10,33,38,43,44}	Pfeffergulasch vom Rind mit Zwiebeln und Paprika, dazu Zöpfli-Nudeln mit Semmelbrösel {1,38,42}	Gebratene Hähnchenkeule in feiner Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln {7,42,46}	Kasselerbraten in feiner Bratensauce mit grünen Böhnchen und Kartoffelpüree {7,33,38,42,43,44}
Menü 2	Hähnchenbrustfilet "India" in fruchtiger Currysauce mit Ananas- und Pfirsichwürfeln, dazu Gemüsereis {7,46}	Chinapfanne "süß-sauer" mit zarten Hühnerbruststreifen in süß-saurer Sauce mit Paprika, Mango, Möhren etc., dazu Reis {1,6,12,46}	Schweineschnitzel "Mailänder Art" mit Tomatenspaghetti und Parmesankäse extra, dazu Salat {1,3,7,12,42,43,44}	Milchreis Pflaume (veg.) mit Zimt und Zucker, dazu warmes Pflaumenkompott {7}	Gebratenes Buntbarschfilet in Dijon-Senfsauce, dazu Spinat und Salzkartoffeln {1,4,7,10,12,33}	4 Bratwürstchen "Nürnberger Art" auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree {7,9,10,33,38,43,44}	Geflügel-Geschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Reis {7,12,33,42,44,46}
Menü 3	Schwäbische Linsen mit Spätzle und Wiener Würstchen {1,3,12,33,38,43,44}	Gedünstetes Filet vom Seehecht mit Zitronen-Kräuterbutter und Pinienkernen, dazu ein Tomaten-Olivensugo und Petersilienkartoffeln {3,4,7,33,36,44}	Indisches Butterchicken Marinierte Hähnchenbrustwürfel in orientalischer Garam Masala-Tomatensauce, Sultaninen und Wildreis garniert mit frischem Koriander {7,12,33,46}	Tagliatelle "al prosciutto" grüne Bandnudeln mit Schinken und Pilzen in milder Sahnesauce {1,3,7,10,12,33,38,42,43,44}	Penne "all' arrabbiata" mit einer scharfen Sauce aus Tomaten, Speck, Zwiebeln, mit Parmesankäse abgeschmeckt {1,3,7,33,43,44}	 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	Frühlingsgemüse-Eintopf mit Fleischeinlage {6,9,10,33,38,42,43,44}	Rindergulasch mit Rotkohl und Salzkartoffeln {12,33,38,42,44}	Rostbratwurst mit Zwiebelsauce, Rotkohl und Kartoffelpüree {7,9,10,38,42,43}	Hähnchenschnitzel Art "Cordon bleu" in Sauce mit Salzkartoffeln, dazu Erbsen und Möhren {1,7,31,42,44,46}	Dicke Bohnen mit 1 Scheibe magerem Speck und 1 Würstchen, dazu Salzkartoffeln {7,33,38,43,44}		
Vegetarisch	Blumenkohl-Käse-Medaillon (veg.) mit Rührei und Kräuterpüree {1,3,7,9,31}	Gemüseschnitzel (veg.) mit Erbsen und Möhren in Sauce Hollandaise mit Kräuterpüree {1,3,7,9,33}	Vegetarische Kohlroulade (veg.) in Zwiebelrahmsauce mit Petersilienkartoffeln {1,3,6,7,9}	Eieromelette "natur" (veg.) mit Rahmspinat und Salzkartoffeln {3,7}	Feuriges Chili (veg.) mit Soja und Reis {6}		
Kalt	3 Matjesfilets mit Zwiebelringen, Senfsahnesauce und Kartoffelsalat ohne Mayonnaise {1,3,4,7,10,12,31,33,39,42,43,44}	Wurstsalat "Schweizer Art" mit Emmentaler- und Fleischkäse bunt ausgarniert, dazu Butter und Brot {1,6,7,9,10,11,12,33,38,39,42,43,44}	Sahnequark mit Himbeeren (veg.) und Gebäck Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {1,3,6,7}	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	Chicken Crossies mit Florida Salat und Curry-Dip {1,3,7,8,10,31,33,39,46}		
Salat	Grüner Salatmix mit Hähnchenfiletstreifen, Paprika, getrockneten Tomaten, Pinienkerne und roten Zwiebelringen, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,46}	Kerniger Salat (veg.) Salat mit Rote Bete, Walnüssen, Pinienkerne, Kürbiskerne und Ziegenkäse, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,7,8,9,10,11}	Chicken Chips Salat bunter Salat mit panierten Hähnchenstücken, Tomaten und Gurke, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,10,46}	Salat Sunny Surprise Salat mit Geflügel, Pfirsich, Gurke und feinem Lollo Rosso, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,46}	Griechischer Salat (veg.) Eisbergsalat mit Hirtenkäse, Oliven und Peperoni, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,6,7,11,36}		

(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 vom 28.07.2025 - 03.08.2025

KW 31	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 28.07	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 29.07	Wirsingroulade mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,4 BE: Fett: 28,3 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20,22	Hähnchenkeule* 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	Bunter Salatteller mit Thunfisch dazu Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 518KH: 7,9 BE: Fett: 14,2 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 30.07	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	Blumenkohl-Käse-* Medaillon mit Püree Nachtisch kJ: 2229 kcal: 533KH: 60,0 BE: Fett: 15,9 ZS: 2,4,5,7,10,13,16a	Kartoffel-Sauerkraut- Auflauf mit Kasslerwürfeln 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 31.07	Warmer Kartoffelsalat mit Speck, Zwiebeln, Gurke dazu 2 Frikadellen Nachtisch kJ: 2238 kcal: 682KH: 39,8 BE: Fett: 25,6 ZS: 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 Rahmkohlrabi und Püree Nachtisch kJ: 2097 kcal: 466KH: 27,5 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 2,4,6,7,13a,16,20
Fr 01.08	Gedämpftes Fischfilet* mit Kräutersoße und Fingermöhrchen dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 2068 kcal: 484KH: 28,2 BE: Fett: 18,1 ZS: 7,10,13a,16,19,20	Schweinegeschnetzeltes in Käse-Kräuter-Soße mit Rosenkohl dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 1674 kcal: 399KH: 54,4 BE: Fett: 24,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,	Salatplatte mit Frikadelle und Dressing Nachtisch kJ: 1915 kcal: 414KH: 16,9 BE: Fett: 15,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Gemüse-Lasagne* mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2889 kcal: 691KH: 42,3 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,22	Mediterane Kartoffel- Hackfleisch-Pfanne mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 1757 kcal: 432KH: 68,0 BE: Fett: 24,5 ZS: 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 02.08	Gemüse-Eintopf* mit Geflügelbockwurst Nachtisch kJ: 1243 kcal: 297KH: 39,0 BE: Fett: 12,5 ZS: 6,13a,16,19	Mini-Haxe mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2758 kcal: 659KH: 31,5 BE: Fett: 28,5 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,	Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH Telefon: 0234 - 307 96 71 Telefax: 0234 - 307 96 67 www.mahlzeitendienst-bo.de www.fundk-bochum.de Besteller/Name: _____ Bitte beachten Sie, dass wir an den Wochenenden und an Feiertagen einen Aufschlag von 0,20 € berechnen. Bitte kreuzen Sie ihre Menüauswahl entsprechend an. 			Gemüse-Eintopf* mit Geflügelbockwurst Nachtisch kJ: 1222 kcal: 293KH: 32,0 BE: 3,0 Fett: 11,0 ZS: 13a,16,19
So 03.08	Geflügelroulade* mit Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2168 kcal: 518KH: 38,4 BE: Fett: 24,3 ZS: 7,13a,16,20	Schweinebraten mit Gemüse dazu Spätzle Nachtisch kJ: 1987 kcal: 475KH: 53,0 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16				Schweinebraten mit Gemüse dazu Spätzle Nachtisch kJ: 1970 kcal: 471KH: 38,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kalorien Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit potentiell allerg. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohmaterialien vom Hersteller geschweilt.

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