


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 15.12.2025	Dienstag 16.12.2025	Mittwoch 17.12.2025	Donnerstag 18.12.2025	Freitag 19.12.2025	Samstag 20.12.2025	Sonntag 21.12.2025
Menü 1	<b>2 Hacksteaks in Pfefferrahmsauce</b>  mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,42,43}	<b>4 Bratwürstchen "Nürnberger Art"</b>  auf Sauerkraut und Kartoffelpüree {7,9,10,33,38,43,44}	<b>Frischer Grünkohleintopf</b>  mit Rauchfleisch und Mettwurst, dazu 1 Brötchen {1,9,10,31,33,38,39,42,43,44}	<b>Paniertes Schweineschnitzel</b>  in herzhafter Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln {1,7,9,10,42,43}	<b>Gebratenes Fischfilet</b>  in Senfsauce, dazu Petersilienkartoffeln und Salat {1,4,7,10,12,33,39}	<b>Gebratenes Hähnchenschnitzel</b>  in feiner Sauce mit Apfelrotkohl und Kartoffelpüree {1,7,33,42,46}	<b>Pfeffer-Hacksteak</b>  in Pfefferrahmsauce mit Speckbohnen und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,33,42,43,44}
Menü 2	<b>Hähnchenschnitzel Art "Cordon bleu"</b>  in Sauce mit Kartoffelpüree, dazu Erbsen und Möhren {1,7,31,42,44,46}	<b>Schweinesteak "Berner Art"</b>  in feiner Champignonkäsesauce, dazu Broccoli mit gerösteten Mandeln und Spätzle {1,3,7,8,10,12,31,33,43,44}	<b>Geflügel-Geschnetzeltes</b>  mit Pilzen in Sahnesauce und hausgemachten Spätzle {1,3,7,12,33,44,46}	<b>Schweinebraten "Lothringer Art"</b>  in einer herzhaften Rotweinsauce mit Apfelrotkohl und Spätzle {1,3,10,12,33,38,41,42,43,46}	<b>Hähnchenbrustfilet "India"</b>  in fruchtiger Currysauce mit Ananas- und Pfirsichwürfeln, dazu Gemüsereis {7,46}	<b>5 Königsberger Klopse</b>  in feiner Kapernsauce, dazu Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,33,42,43}	<b>Rindergulasch</b>  mit Rotkohl und Salzkartoffeln {12,33,38,42,44}
Menü 3	<b>Tagliatelle "al prosciutto"</b>  grüne Bandnudeln mit Schinken und Pilzen in milder Sahnesauce {1,3,7,10,12,33,38,42,43,44}	<b>Spaghetti "Alfredo"</b>  mit Hähnchenfilets in italienischer Tomaten-Kräutersauce {1,7,42,46}	<b>Zitronenhähnchen "Toscana"</b>  mit Bohnen und Thymiankartoffeln {7,33,46}	<b>Bunte Tortellini "alla panna"</b>  mit Schinken in Käsesahnesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	<b>Makkaroni "alla Bolognese"</b>  mit einer herzhaften Tomaten-Hackfleischsauce und Parmesan extra {1,3,7,42,44}	<div><p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum und Wattenscheid - Menüservice -</b></p><p><b>Telefon 0234 30796 71</b> <b>Telefax 0234 30796 67</b></p><p><b>Bestellungen</b> <b>Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr</b> <b>Fr. 08:00 - 11:30 Uhr</b></p></div>	
Menü 4	<b>Hühnersuppentopf</b>  mit frischer Gemüseeinlage und Reis {9,46}	<b>Rindergulasch</b>  mit Rotkohl und Salzkartoffeln {12,33,38,42,44}	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b>  in Gemüserahmsauce mit Petersilienkartoffeln {4,7,9,33}	<b>Milchreis (veg.)</b>  mit eingelegten Sauerkirschen {7}	<b>Kräuterrührei mit Schinken</b>  dazu Spinat und Salzkartoffeln {3,7,9,33,38,43,44}		
Vegetarisch	<b>Curry-Nudeln (veg.)</b>  mit knackigen Frühlingszwiebeln, Paprika und Karotten in einer exotischen Curry-Sojasauce {1,6,12,}	<b>Asiatisches Wok-Gemüse (veg.)</b>  dazu köstlicher Basmatireis {1,6}	<b>Grüne Bandnudeln (veg.)</b>  mit einer mediterranen Gemüsesauce und Hirtenkäse {1,3,7}	<b>Griechischer Gemüseintopf (veg.)</b>  mit Paprika, Tomaten, Zucchini und Hirtenkäse, dazu 1 Fladenbrötchen {1,7}	<b>Spaghetti Carbonara (veg.)</b>  mit Erbsen und Champignons in einer Käse-Sahnesauce und Parmesankäse extra {1,3,7,31,44}		
Kalt	<b>Heringsstipp "Hausfrauenart"</b>  mit Äpfeln und Zwiebeln in Sahnesauce, dazu Brot und Butter {1,3,4,6,7,10,31,33,39}	<b>Gebratenes Hähnchenschnitzel</b>  mit Nudelsalat {1,3,10,12,31,39,46}	<b>3 Cevapcici</b>  mit einem pikanten Bulgursalat, dazu Butter und Brot {1,6,7,10,42,44}	<b>Gebratenes Schweinekotelett</b>  mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	<b>Griechischer Bauernsalat (veg.)</b>  Tomate- Gurken-, Paprikasalat mit Hirtenkäse, Zwiebeln und Oliven, dazu Butter und Kornkrustenbrot {1,6,7,11,12,36}		
Salat	<b>Thunfisch Salat</b>  bunter Salat mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,4,10}	<b>Chefsalat</b>  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>  Eisbergsalat, Wildkräutersalat, Bärlauch-Kartoffeln, gebratene Champignons und Hirtenkäse, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,10}	<b>Caesar-Salat "Hähnchen"</b>  Römersalat mit Hähnchenbrustfilet, Croutons und gehobeltem Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,9,10,46}	<b>Orientalischer Salat</b>  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

Menüplan vom 15.12.2025 - 21.12.2025

KW 51	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 15.12	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 16.12	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 17.12	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 18.12	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 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 19.12	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	Schweinegeschnetzeltes in Käse-Kräuter-Soße mit buntem Gemüse dazu Püree Nachtisch kJ: 1974 kcal: 472KH: 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	Nudeln* mit Spinat-Käsesoße  Nachtisch kJ: 1678 kcal: 401KH: 62,3 BE: Fett: 11,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,22	Mediterrane 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 20.12	Gemüse-Eintopf* mit Geflügelbockwurst  Nachtisch kJ: 1243 kcal: 297KH: 39,0 BE: Fett: 28,5 ZS: 6,13a,16,19	Bockwurst mit Sauerkraut und Püree  Nachtisch kJ: 2278 kcal: 544KH: 31,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,	<div> <div> <b>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH</b>  <b>Telefon: 0234 - 307 96 71</b>  <b>Telefax: 0234 - 307 96 67</b>   <a href="http://www.mahlzeitendienst-bo.de">www.mahlzeitendienst-bo.de</a>  <a href="http://www.fundk-bochum.de">www.fundk-bochum.de</a> </div> <div> </div> </div>			Gemüse-Eintopf* mit Geflügelbockwurst  Nachtisch kJ: 1222 kcal: 293KH: 32,0 BE: 3,0 Fett: 11,0 ZS: 6,13a,16,19
So 21.12	Geflügelroulade* mit Blumenkohl dazu Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2168 kcal: 518KH: 38,4 BE: Fett: 24,3 ZS: ,13a,16,20	Bratwurst mit Gemüse dazu Spätzle  Nachtisch kJ: 1987 kcal: 475KH: 53,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 3,5,6,10,13a,16				Bratwurst mit Gemüse dazu Spätzle  Nachtisch kJ: 1970 kcal: 471KH: 38,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 3,5,6,7,10,13a,16,20

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=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 rotenem Satz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohkaroteln vom Hersteller geschwefelt.