


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

	Montag 02.03.2026	Dienstag 03.03.2026	Mittwoch 04.03.2026	Donnerstag 05.03.2026	Freitag 06.03.2026	Samstag 07.03.2026	Sonntag 08.03.2026
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 {1,3,4,9,10,12,31,33,39,43,44}	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	Geflügel-Geschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Reis {7,12,33,42,44,46}	2 Hähnchenbrustfilets "natur" in einer pikanten Currysauce, dazu Zuckerschoten und Bandnudeln {1,7,46}	Jägerbraten Schweinebraten in Champignon-Zwiebelsauce mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln {6,7,9,10,12,33,38,42,43,44}	3 Apfel-Pfannkuchen (veg.) mit Vanillesauce {1,3,7,31}	Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsereis {7,12,33,44,46}	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}	Thailändisches Rindfleisch in Kokossauce mit typischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf!!) {1,6,38,42}	Chicken Crossies in knuspriger Panade mit Barbecuesauce und Broccoli-Tomaten-Nudeln {1,31,39,46}	Gegrillte Hähnchenkeule auf mediterranem Grillgemüse mit Reis {12,31,33,46}	Bigos - Polnischer Krauttopf mit Weißkohl und Sauerkraut, Schweinegulasch, Speck und Cabanossi, dazu Petersilienkartoffeln {10,12,33,38,43,44}	 <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}	Frisches Fischfilet gedünstet in Gemüserahmsauce und Petersilienkartoffeln {4,7,9,33}	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	Kräuterrührei (veg.) mit Blattspinat und Kartoffelpüree {3,7,9}	Spaghetti Bolognese (veg.) mit Gemüse-Soja-Bolognese {1,6}	Gemüseschnitzel (veg.) mit Erbsen und Möhren in Sauce Hollandaise mit Kräuterpüree {1,3,7,9,33}	Frische Champignons (veg.) in Rahmsauce mit Salbei und getrockneten Tomaten, dazu Kräuterspätzle {1,3,7,33}	Käsetortellini (veg.) in rahmiger Tomaten-Basilikum-Sauce {1,3,7}		
Kalt	2 Heringfilets in süß-saurer Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffel- Specksalat ohne Mayonnaise {1,3,4,6,7,9,10,12,31,33,39,42,43,44}	Geflügelsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter {1,3,6,7,10,12,31,33,39,44,46}	Milchreis Apfel (veg.) mit Zimt und Zucker, dazu Apfelkompott {7,33}	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	Gebackenes Hähnchenschnitzel mit ½ Pfirsich und Waldorfsalat {1,3,8,9,10,31,33,39,46}		
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

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 10 / 02.03.2026 - 08.03.2026

KW 10	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 02.03	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1900 kcal: 454KH: 40,9 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,6,13a,16,20	Curry-Rahm-Schnitzel mit Erbsen und Reis Nachtsch kJ: 2446 kcal: 548KH: 48,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,5,10,13a,16	Schwalmtaler Salat mit Frikadelle und Dressing Nachtsch kJ: 1988 kcal: 475KH: 16,0 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Veg. Gemüsecurry* mit Reis Nachtsch kJ: 2650 kcal: 627KH: 82,0 BE: Fett: 18,0 ZS: 5,13a,16,19,22	Hähnchenbrust * mit Käse-Lauch-Soße dazu Püree Nachtsch kJ: 2346 kcal: 589KH: 39,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1900 kcal: 454KH: 28,8 BE: 3,0 Fett: 23,0 ZS: 2,5,10,13a,16
Di 03.03	Eieromelett* mit Rahmspinat und Püree Nachtsch kJ: 1803 kcal: 430KH: 20,4 BE: Fett: 34,6 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Schweinegulasch mit Brechbohnen und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2376 kcal: 568KH: 27,0 BE: Fett: 29,2 ZS: 10,13a,16	Gemischter Salat* mit Fetakäse dazu Dressing Nachtsch kJ: 1964 kcal: 469KH: 13,5 BE: Fett: 16,6 ZS: 10,13a,16,20	Spätzle mit* Käsesoße und Salat Nachtsch kJ: 2851 kcal: 681KH: 81,0 BE: Fett: 18,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	Milchreis* mit Zimt und Zucker Nachtsch kJ: 1890 kcal: 452KH: 33,0 BE: Fett: 23,4 ZS: 7,13a,16,	Eieromelett* mit Rahmspinat und Püree Nachtsch kJ: 1800 kcal: 427KH: 20,4 BE: 3,0 Fett: 42,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16
Mi 04.03	Cremige Champignon-* Hähnchenpfanne mit Spätzle Nachtsch kJ: 1938 kcal: 467KH: 55,0 BE: Fett: 15,8 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	Mettwurst mit Sauerkraut und Püree Nachtsch kJ: 2584 kcal: 563KH: 48,8 BE: Fett: 35,0 ZS: 2,3,4,6,7,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Reissalat Nachtsch kJ: 1722 kcal: 412KH: 53,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 7,10,13a,16,20	Apfelstrudel mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1820 kcal: 435KH: 69,4 BE: Fett: 19,0 ZS: 3,7,13a,16,	Gemüse-Nudelauflauf* mit Käse überbacken Nachtsch kJ: 2060 kcal: 498KH: 44,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16	Champignon-Hähnchen- Pfanne mit Spätzle Nachtsch kJ: 1915 kcal: 438KH: 38,9 BE: 3,0 Fett: 14,0 ZS: 5,7,10,13a,16,19
Do 05.03	Hacksteak mit Rosenkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2208 kcal: 528KH: 28,6 BE: Fett: 41,0 ZS: 13a,16,20	Hähnchenbrust* mit buntem Gemüse und Püree Nachtsch kJ: 2185 kcal: 498KH: 32,8 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	Salatplatte "Hawaii" mit Schinken und Ananas und Dressing Nachtsch kJ: 1530 kcal: 363KH: 13,5 BE: Fett: 16,6 ZS: 1,2,6,7,10,13a,16,20	Gemüseröstling* mit Püree und Soße Nachtsch kJ: 2096 kcal: 482KH: 26,0 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	Curry-Frikadelle mit Bratkartoffeln Nachtsch kJ: 2210 kcal: 514KH: 54,4 BE: Fett: 56,0 ZS: 2,6,7,13a,16	Hähnchenbrust* mit buntem Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2142 kcal: 485KH: 27,0 BE: 2,5 Fett: 25,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20
Fr 06.03	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1946 kcal: 465KH: 28,7 BE: Fett: 36,0 ZS: 7,10,12,13a,16,14,17	Hähnchenkeule* mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2425 kcal: 580KH: 34,6 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,7,13a,16,20	1 Frikadelle mit Nudelsalat Nachtsch kJ: 2550 kcal: 609KH: 63,6 BE: Fett: 38,1 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Bunter Gemüseeintopf* mit Kartoffeln Nachtsch kJ: 2010 kcal: 423KH: 26,4 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a,19	Gef. Pfannkuchen* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1742 kcal: 416KH: 41,0 BE: Fett: 24,6 ZS: 7,10,11,13a,16	Bunter Gemüseeintopf mit Kartoffeln Nachtsch kJ: 1923 kcal: 460KH: 21,3 BE: 3,0 Fett: 15,0 ZS: 13a,16
Sa 07.03	Käse-Lauch-Eintopf mit Hackbällchen Nachtsch kJ: 1811 kcal: 433KH: 35,3 BE: Fett: 28,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19	Hähnchengeschnetzeltes* in Senf-Sahne-Soße mit Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2047 kcal: 489KH: 38,0 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,3,4,5,7,13a,16,20	<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> <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>			Käse-Lauch-Eintopf mit Hackbällchen Nachtsch kJ: 1782 kcal: 426KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 22,8 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19
So 08.03	Rinderzwiebelbraten* mit Rotkohl und Püree Nachtsch kJ: 2322 kcal: 526KH: 32,0 BE: Fett: 24,3 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	Schweinegeschnetzeltes mit Mischgemüse dazu Kartoffeln Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 29,4 BE: Fett: 26,8 ZS: 13a,16,20				

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere Kalorienangaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit Jodierem 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