


Alle Menüs 8,90 € (ausgenommen Menü 4 - Diabetiker geeignet - 9,20 €) / Wochenende und Feiertage Aufschlag 0,20 € / Portion

	Montag 11.01.2021	Dienstag 12.01.2021	Mittwoch 13.01.2021	Donnerstag 14.01.2021	Freitag 15.01.2021	Samstag 16.01.2021	Sonntag 17.01.2021
Menü 1	Rustikaler Schweinebraten mit Rosenkohl und Salzkartoffeln {6,7,9,10,33,38,42,43,44}	Straßburger Platte Kasseler, Bratwürstchen "Nürnberger Art" und Mettwurst auf Sauerkraut und Kartoffelpüree {7,9,10,31,33,38,39,42,43,44}	Kräftige Kartoffelsuppe mit Porree und Möhren, dazu Bockwürstchen und 1 Brötchen {1,6,7,9,10,33,38,42,43,44}	Deftiger Grünkohl mit Mettwurst und Salzkartoffeln {9,10,31,33,38,39,43,44}	Alaska-Seelachsfilet im Knuspermantel gebraten mit Remouladensauce und Petersilienkartoffeln {1,3,4,9,10,31,39}	Schweine-Krustenbraten in Dunkelbiersauce mit Speckböhnchen und Klößchen [3,6 BE] {1,6,7,9,10,33,38,41,42,43,44}	Hähnchenschnitzel in Geflügelrahmsauce mit Rotkohl und Kartoffelpüree [3,8 BE] {1,7,42,44,46}
Menü 2	Hühnchenfleisch "indische Art" mit Früchten und Reis {7,31,33,46}	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}	Schweineschnitzel Art "Cordon bleu" in Sauce mit Leipziger Allerlei und Salzkartoffeln {1,7,9,10,31,33,38,42,43,44}	Berner Pfanne Schweinegeschnetzeltes, Käse, Crème fraîche, Paprika und Zwiebeln, dazu Zöplnudeln {1,7,42,43}	Gebratene Hähnchenkeule mit Rotkohl und Kartoffelpüree [3,0 BE] {7,42,43,44,46}	Rinder-Geschnetzeltes Art "Stroganoff" mit Tomaten, Zwiebeln, Champignons und Sahne, dazu Zöpfli-Nudeln [6,1 BE] {1,7,10,12,33,38,39,42,44}
Menü 3	Meyers große Nudelplatte Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in einer Bolognesesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	Gedünstetes Seehechtfilet auf einer cremigen Gemüsesauce, dazu Petersilienkartoffeln {1,4,7,9,33}	Fettuccine "Florentiner Art" Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat {1,3,7,31,42,46}	Österreichischer Kaiserschmarrn (veg.) mit Vanillesauce {1,3,7,31}	Thailändisches Rindfleisch in Kokossauce mit typischen Gewürzen, dazu Basmatireis (extra scharf!!) {1,6,38,42}	 <p>Familien- und Krankenpflege Bochum</p> <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	Wirsing-Eintopf mit 4 Fleischklößchen [2,7 BE] {1,3,6,9,10,42,43}	2 hausgemachte Frikadellen in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln [3,9 BE] {1,3,7,9,10,42,43}	Rinderbraten in herzhafter Bratensauce mit Wirsinggemüse und Salzkartoffeln [3,4 BE] {6,7,33,38,42,43,44}	Lebergeschnetzeltes in feiner Apfel- Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree [4,5 BE] {7,33,42}	Schweineschnitzel "natur" mit Leipziger Allerlei in Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln [3,6 BE] {3,7,10,31,33,42,43,44}		
Vegetarisch	Penne in Gorgonzolasauce (veg.) mit Blattspinat und Broccoli {1,7}	Spaghetti in Tomaten-Gemüsesugo (veg.) mit Ziegenkäse und Pinienkernen {1,7,12,33,44}	Gefüllte Paprikaschote (veg.) mit Gemüse gefüllt, dazu Tomatensauce und Reis {1,7,9,10}	Gemüse-Pilzpfanne (veg.) in Käsesahnesauce mit Butternudeln {1,6,7,31}	2 Gemüsefrikadellen (veg.) auf Karotten-Ingwer-Sauce mit Kartoffelpüree {1,3,7,12,33}		
Kalt	Gebratenes Schweineschnitzel bunt aus garniert, mit Senf und Nudelsalat {1,3,9,10,12,31,39,43}	11 Party-Geflügel-frikadellen mit Senfdip, buntem Reissalat mit Paprika und Mais {1,3,7,9,10,31,39,46}	1/2 Forellenfilet mit Sahnemeerrettich, einem 1/2 Pfirsich und Waldorfsalat {1,3,4,7,8,9,10,12,31,33,39}	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	Eiersalat mit Mandarinen, Kochschinken und Mais, dazu Butter und Brot {1,3,7,10,11,12,31,33,38,39,43,44}		
Salat	Salat Sweet Dreams (veg.) Salat mit Melonenwürfeln, Apfelspalten, Weintrauben, Walnüssen, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,8,10,11}	Fit-Salat bunter Salat mit geräucherter Putenbrust in Streifen, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,33,38,44,46}	Salat Provencale frischer Blattsalat mit Tomaten, Rucola, in Speck gebratenen Champignons, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,11,33,43,44}	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}	Kerniger Salat (veg.) Salat mit roter Bete, Walnüssen, Pinienkerne, Kürbiskerne und Ziegenkäse, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,7,8,9,10,11}		

(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 11.01.2021 - 17.01.2021

KW 2	Menü 1 – silber Klassiker € 7,65/ Mini € 6,85	Menü 2 – blau Gourmet € 7,65/ Mini € 6,85	Menü 3 – Salat € 7,65/ Mini € 6,85	Menü 4 – grün vegetarisch € 7,65/ Mini € 6,85	Menü 5 – lila Allerlei € 7,65/ Mini € 6,85	Menü 6 – rot Diabetiker geeignet € 7,65/ Mini € 6,85
Mo 11.01	Serbische Bohnensuppe mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2462 kcal: 588KH: 37,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 12,3,5,13a,16,19,20	Wirsingroulade mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 72,7 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,3,10,13a,16	Fitnesssteller* mit Schafskäse und Dressing Nachtisch kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Ratatouille-Gemüse* mit Reis Nachtisch kJ: 1012 kcal: 354KH: 36,8 BE: Fett: 7,2 ZS: 5,7,13a,16	Hähnchengeschnetzeltes* "Gyros-Art" mit Reis und Tomatensoße Nachtisch kJ: 2325 kcal: 475KH: 51,6 BE: Fett: 9,6 ZS: 7,13a,16	Wirsingroulade mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2243 kcal: 468KH: 31,5 BE: 3,0 Fett: 26,2 ZS: 2,7,10,13a,16
Di 12.01	Hähnchenschnitzel* mit Gartengemüse und Püree Nachtisch kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Rührei mit gek. Schinken und Spinat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1800 kcal: 430KH: 25,4 BE: Fett: 22,0 ZS: 1,2,10,13a,16,20	Schlemmersalat mit Schinken und Ei dazu Dressing Nachtisch kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,0 BE: Fett: 11,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Gemüse-Knusper-Ringe* auf Käse-Kräutersoße und Püree Nachtisch kJ: 2190 kcal: 537KH: 53,6 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,3,5,7,10,13,19,21,22,16	Quarkkeulchen* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 27,4 ZS: 2,7,13a,16	Rührei mit gek. Schinken und Spinat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1633 kcal: 390KH: 9,0 BE: 3,0 Fett: 17,0 ZS: 1,10,13a,16
Mi 13.01	Frikadelle* mit Röstzwiebelsoße Bratkartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 2289 kcal: 499KH: 55,8 BE: Fett: 27,2 ZS: 5,7,13a,16	Schnitzel "Puszta-Art" mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 2314 kcal: 505KH: 30,0 BE: Fett: 20,9 ZS: 7,13a,16	Sunny-Surprise* Salat mit Pfirsich und Pute Dressing Nachtisch kJ: 1457 kcal: 348KH: 13,3 BE: Fett: 11,4 ZS: 7,13a,16,20	Möhren-Kürbiskern-Rösti* mit Nudeln Nachtisch kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 12,6 ZS: 2,7,13a,16,19,20	Ravioli-Auflauf mit Käse überbacken Nachtisch kJ: 2264 kcal: 505KH: 58,8 BE: Fett: 28,8 ZS: 1,3,5,7,13a,19,20	Frikadelle* mit Röstzwiebelsoße Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 2108 kcal: 485KH: 28,6 BE: 3,0 Fett: 25,8 ZS: 5,7,13a,16
Do 14.01	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis Nachtisch kJ: 2089 kcal: 451KH: 32,2 BE: Fett: 13,2 ZS: 7,13a,16	Schashlik- Schweinegeschnetzeltes mit Nudeln Krautsalat Nachtisch kJ: 2608 kcal: 641KH: 70,0 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,3,,5,7,13a,16,20	Bunter Reissalat* mit Hähnchennuggets Nachtisch kJ: 1997 kcal: 458KH: 38,4 BE: Fett: 12,4 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Kohlrabi-Eintopf* mit Gartengemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 18,2 ZS: 2,7,10,13a,16,19,21,22	Pfannkuchen mit Fruchtkompott Nachtisch kJ: 1842 kcal: 415KH: 37,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,20	Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße und Butterreis Nachtisch kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a
Fr 15.01	Alaska-Seelachsfilet pan. mit Senfsoße* Salzkartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 1887 kcal: 451KH: 57,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 10,12,13a,14,16,19,20,23	Schweinebraten mit Rahmsoße Mischgemüse Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 2,10,13a,19,20	Bunter Salat* mit Hähnchenspieß und Dressing Nachtisch kJ: 1654 kcal: 395KH: 25,7 BE: Fett: 10,4 ZS: 7,13a,16,20	Gemüseröstling* mit Tomaten-Kräutersoße und Nudeln Nachtisch kJ: 2290 kcal: 547KH: 69,5 BE: Fett: 42,7 ZS: 10,13a,14,16,23	Tortellini mit Fleischfüllung Tomaten-Kräutersoße Salat Nachtisch kJ: 2110 kcal: 504KH: 62,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,10,13a,16	Seelachsfilet * mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 2095 kcal: 550KH: 65,0 BE: 3,0 Fett: 11,2 ZS: 13a,10,12,14,16,19,20,23
Sa 16.01	Weißkohl-Eintopf mit 3 Hackbällchen Nachtisch kJ: 1538 kcal: 373KH: 26,8 BE: Fett: 19,7 ZS: 10,13a,16,19,20	Nürnberger Bratwurst* auf Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2098 kcal: 520KH: 48,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH Telefon: 0234 – 307 96 71 Telefax: 0234 – 307 96 67 Besteller/Name: Bitte beachten Sie, dass wir an den Wochenenden und an Feiertagen einen Aufschlag von 0,20 EURO berechnen. Bitte kreuzen Sie Ihre Menüauswahl entsprechend an.			Weißkohl-Eintopf mit 3 Hackbällchen Nachtisch kJ: 1358 kcal: 329KH: 24,2 BE: 3,0 Fett: 16,5 ZS: 10,13a,16,19,20
So 17.01	Rinderroulade* mit Bratensoße und Rotkohl Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2691 kcal: 404KH: 17,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,13a,19,20	Schweinegulasch Buntes Gemüse und Püree Nachtisch kJ: 1809 kcal: 432KH: 36,0 BE: Fett: 11,8 ZS: 2,3,5,13a,16, 19,20				Rinderroulade* Buntes Gemüse Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2287 kcal: 389KH: 15,6 BE: 3,0 Fett: 7,2 ZS: 2,13a,19,20

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere Kaloriangaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit potentiell allergenem Inhalt. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohmaterialien vom Hersteller geschwehrt.

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