




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

	Montag 19.07.2021	Dienstag 20.07.2021	Mittwoch 21.07.2021	Donnerstag 22.07.2021	Freitag 23.07.2021	Samstag 24.07.2021	Sonntag 25.07.2021
<b>Menü 1</b>	<b>Leberkäse mit Röstzwiebeln</b>  dazu Bayrisch-Kraut und Kartoffelpüree {1,7,12,33,38,42,43,44}	<b>Spaghetti Bolognese</b>  Spaghetti mit herzhafter Hackfleisch-Tomatensauce und Kräutern der italienischen Küche, Parmesankäse extra {1,3,7,42,44}	<b>Feiner Porree-Eintopf</b>  mit Hackfleisch, Käse und Sahne, dazu 1 Brötchen {1,6,7,42,43}	<b>Schnitzel "ungarische Art"</b>  paniertes Schweineschnitzel mit einer Paprika-Zwiebelsauce und Reis {1,9,10,12,33,39,42,43,44}	<b>Gebackenes Fischfilet</b>  mit Remouladensauce und Petersilienkartoffeln, dazu Salat {1,3,4,7,9,10,12,31,33,39}	<b>Gebratene Hähnchenkeule</b>  in feiner Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln [3,6 BE] {7,42,44,46}	<b>Kasselerbraten</b>  in feiner Bratensauce mit grünen Böhnchen und Kartoffelpüree [2,9 BE] {7,33,38,42,43,44}
<b>Menü 2</b>	<b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b>  in Rahmsauce mit Broccoli-Karottengemüse, Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln {1,3,7,31,33,42,44,46}	<b>Hühnchenfleisch "Bombay"</b>  in Currysauce mit Ananasstückchen und Langkornreis {7,46}	<b>Schweineschnitzel "Mailänder Art"</b>  mit Tomatenspaghetti und Parmesankäse extra, dazu Salat {1,3,7,12,42,43,44}	<b>Milchreis Pflaume (veg.)</b>  mit Zimt und Zucker, dazu warmes Pflaumenkompott {7}	<b>Sahnegeschnetzeltes vom Schwein</b>  mit Champignons, Erbsen und Fingermöhren, dazu Bauernspätzle {1,3,7,12,33,38,42,43,44}	<b>4 Bratwürstchen "Nürnberger Art"</b>  auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree [2,9 BE] {7,9,10,33,38,43,44}	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b>  in einer Dillrahmsauce mit Broccoli und Kartoffeln [3,3 BE] {1,4,7,8,9,33,44}
<b>Menü 3</b>	<b>Meyers große Nudelplatte</b>  Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in einer Bolognesesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	<b>Currybratwurst</b>  mit Röstkartoffeln und Krautsalat {9,10,33,36,38,39,42,43}	<b>Rigatoni "al forno"</b>  Nudelröllchen in einer Rindfleischsauce mit Gemüse und Pilzen, mit Käse überbacken Nur in Einzelportionen lieferbar! {1,7,12,33,42,44}	<b>Hähnchenbrustfilet in Currysauce</b>  mit Früchten, dazu Broccoli-Nudeln {1,7,46}	<b>Indisches Butterchicken</b>  Marinierte Hähnchenbrustwürfel in orientalischer Garam Masala-Tomatensauce, Sultanien und Wildreis garniert mit frischem Koriander {7}	 <p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum</b></p> <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>	
<b>Menü 4</b>	<b>Frischer Möhreeneintopf</b>  mit Petersilie und 1 Bockwürstchen [3,2 BE] {9,10,33,38,42,43,44}	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b>  in Gemüserahmsauce mit Petersilienkartoffeln [4,0 BE] {1,4,7,9,33}	<b>Kräuterrührei mit Schinken</b>  dazu Spinat und Salzkartoffeln [2,9 BE] {3,7,9,33,38,43,44}	<b>Dicke Bohnen</b>  mit 1 Scheibe magerem Speck und 1 Würstchen, dazu Salzkartoffeln [4,0 BE] {7,33,38,43,44}	<b>Gebratene Rinderleber</b>  in Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree [4,9 BE] {1,7,12,33,42}		
<b>Vegetarisch</b>	<b>Penne in Gorgonzolasauce (veg.)</b>  mit Blattspinat und Broccoli {1,7}	<b>Due Pasta (veg.)</b>  Bandnudeln mit Champignoncrème und Rigatoni in würziger Tomatensauce {1,3,7}	<b>Rote Linsenbolognese (veg.)</b>  mit Kartoffelspätzle, garniert mit frischer Petersilie {1,3}	<b>Eieromelette "natur" (veg.)</b>  mit Rahmspinat und Salzkartoffeln {3,7}	<b>Süßkartoffel-Kichererbseneintopf (veg.)</b>  dazu ein Brötchen {1,6,7,12,33}		
<b>Kalt</b>	<b>Holländischer Käsesalat (veg.)</b>  mit Paprika, Mandarine, Apfel, Kräuterjoghurt-Dressing, Butter und Brot {1,3,6,7,10,11,31,33,39}	<b>Sahnequark mit Schokoraspeln (veg.)</b>  dazu Früchte und Vollkornmüsli Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {1,3,6,7,8,33}	<b>11 Party-Geflügelfrikadellen</b>  mit Senfdip, buntem Reissalat mit Paprika und Mais {1,3,7,9,10,31,39,46}	<b>Gebratenes Schweinekotelett</b>  mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	<b>Rote Grütze (veg.)</b>  mit Vanillesahnesauce und Sahnequark Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {7,31}		
<b>Salat</b>	<b>Salat Sunny Surprise</b>  Salat mit Pute, Pfirsich, Gurke und feinem Lollo Rosso, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,46}	<b>Salat Allgäuer-Art</b>  Eisberg und Feldsalat mit Röstibällchen gefüllt mit Bergkäse und Speck, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,7,10,43,44}	<b>Chicken Chips Salat</b>  bunter Salat mit panierten Hähnchenstücken, Tomaten und Gurke, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,10,46}	<b>Mediterraner Salat</b>  Eisbergsalat mit Rucola, Tomaten, gehobeltem Grana Padano, spanischem Schinken und Pinienkerne, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,33,43,44}	<b>Bunter Salat Mix (veg.)</b>  Salat mit Bärlauch-Kartoffeln, Hirtenkäse und Granatapfel, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,7,10}	<p><b>Bestellung Obsttüte (Lieferung montags) - 6,30 € pro Tüte</b></p>  <p><b>bitte hier ankreuzen</b></p> 	

(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 19.07.2021 - 25.07.2021

KW 29	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
<b>Mo</b> 19.07	<b>Wirsingintopf</b> mit Rinderhackfleisch und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 1772 kcal: 423KH: 32,4 BE: Fett: 23,4 ZS: 5,13a, 20	<b>Schweine-Cordon-bleu</b> mit Gartengemüse und püree  Nachtisch kJ: 2224 kcal: 585KH: 28,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 2,6,10,13a,16,19,20	<b>Gemischter Salat*</b> mit Hähnchenbrust  Nachtisch kJ: 2224 kcal: 585KH: 28,0 BE: Fett: 9,6 ZS: 7,13a,10,16,20	<b>Bunte Nudelpfanne*</b> mit Soße  Nachtisch kJ: 1300 kcal: 394KH: 33,0 BE: Fett: 8,0 ZS: 7,10,13a,16,19,22	<b>Milchreis *</b> mit heißen Kirschen  Nachtisch kJ: 1890 kcal: 452KH: 46,6 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,13a,16,	<b>Hähnchen-Cordon-bleu</b> mit Gartengemüse und Püree  Nachtisch kJ: 2052 kcal: 518KH: 24,0 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 2,5,13a,10,16,19,20
<b>Di</b> 20.07	<b>Hähnchenbrust*</b> Buntes Gemüse* und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2078 kcal: 477KH: 24,5 BE: Fett: 21,3 ZS: 13a,16,19,20,22	<b>Schweinschaxe</b> mit Sauerkraut Kartoffelpüree  Nachtisch kJ: 2584 kcal: 563KH: 48,8 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	<b>Sunny Surprise Salat*</b> mit Pute und Pfirsich dazu Dressing  Nachtisch kJ: 1904 kcal: 455KH: 17,2 BE: Fett: 36,8 ZS: 7,13a,16,20	<b>Champignontasche*</b> mit Kartoffelpüree  Nachtisch kJ: 2296 kcal: 575KH: 58,0 BE: Fett: 52,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	<b>Spaghetti Carbonara</b> Salat  Nachtisch kJ: 2180 kcal: 520KH: 46,6 BE: Fett: 31,7 ZS: 5,7,10,13a,16,19	<b>Hähnchenbrust*</b> Buntes Gemüse Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2067 kcal: 456KH: 21,5 BE: 3,0 Fett: 20,1 ZS: 13a,16,19,20,22
<b>Mi</b> 21.07	<b>Fleischkäse</b> auf Jägerkohl Kartoffelpüree  Nachtisch kJ: 2223 kcal: 531KH: 28,1 BE: Fett: 28,6 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,	<b>Schweineschnitzel</b> mit Speckzwiebel-Champignons Sahnesoße, Kartoffeln Nachtisch kJ: 2568 kcal: 599KH: 58,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 3,5,7,10,13a,16	<b>Gem. Salat*</b> mit Thunfisch und Dressing  Nachtisch kJ: 2175 kcal: 518KH: 6,4 BE: Fett: 15,0 ZS: 7,10,13a,16,20	<b>Veg. Linseneintopf*</b> mit Gartengemüse  Nachtisch kJ: 1916 kcal: 408KH: 28,0 BE: Fett: 10,2 ZS: 13a,16,19	<b>Gemüse-Nudelauflauf*</b> mit Käse überbacken  Nachtisch kJ: 2060 kcal: 498KH: 18,5 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19	<b>Schweineschnitzel</b> mit Sahnesoße Speckzwiebel-Champignons und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2257 kcal: 508KH: 32,5 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 5,7,10,13a,16,19
<b>Do</b> 22.07	<b>Warmer Kartoffelsalat</b> mit Speck, Zwiebeln, Gurke dazu 2 Frikadellen  Nachtisch kJ: 2238 kcal: 482KH: 39,8 BE: Fett: 25,6 ZS: 7,10,13a,16,19	<b>Kohlroulade</b> mit Specksoße und Püree  Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,0 BE: Fett: 17,6 ZS: 2,3,4,5,7,13a,	<b>Fitnesssteller*</b> mit Feta-Käse und Dressing  Nachtisch kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 4,2 ZS: 5,7,13a,16,	<b>Gemüsefrikadelle*</b> mit Nudeln und Kräutersoße  Nachtisch kJ: 1643 kcal: 355KH: 32,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 10,13a,19,22	<b>Pfannkuche m Kirschen*</b> Schoko-Sahnesoße  Nachtisch kJ: 1849 kcal: 436KH: 42,0 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19	<b>Kohlroulade</b> mit Specksoße Püree  Nachtisch kJ: 2231 kcal: 521KH: 19,2 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 7,10,13a,16,20
<b>Fr</b> 23.07	<b>Gedämpftes Fischfilet*</b> mit Spinat und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2068 kcal: 484KH: 28,2 BE: Fett: 18,1 ZS: 7,10,13a,16,19,20	<b>Rindergeschnetzeltes*</b> "Stroganoff" mit Rote-Beete und Zwiebeln dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 2126 kcal: 488KH: 28,4 BE: Fett: 27,2 ZS: 2,13a,16,	<b>Schnitzel</b> mit Nudelsalat  Nachtisch kJ: 2525 kcal: 604KH: 38,9 BE: Fett: 30,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	<b>Veg. Paprikaschote*</b> mit Reis und Tomatensoße  Nachtisch kJ: 2047 kcal: 489KH: 38,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 1,2,5,7,10,13a,16	<b>Gebr. Hähnchenbrust*</b> mit Gemüse Reis und Soße  Nachtisch kJ: 936 kcal: 284KH: 39,2 BE: Fett: 19,2 ZS: 5,10,13a,16,	<b>Gedämpftes Fischfilet*</b> mit Spinat und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 1985 kcal: 432KH: 28,8 BE: 3,5 Fett: 17,0 ZS: 7,10,12,13a,16
<b>Sa</b> 24.07	<b>Erseneintopf</b> mit Bockwurst  Nachtisch kJ: 2165 kcal: 517KH: 21,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,6,13a,19,20	<b>Rinderfrikadelle*</b> mit Rahmkraut und Püree  Nachtisch kJ: 2253 kcal: 536KH: 28,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 2,3,4,10,13a,16,19	 <p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH</b> Telefon: 0234 - 307 96 71 Telefax: 0234 - 307 96 67</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>		<b>Rinderfrikadelle*</b> mit Rahmkraut und Püree  Nachtisch kJ: 2194 kcal: 521KH: 21,2 BE: 3,0 Fett: 18,0 ZS: 10,13a,16,	
<b>So</b> 25.07	<b>Rindergulasch*</b> mit Rotkohl und Spätzle  Nachtisch kJ: 2380 kcal: 568KH: 18,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,6,10,13a,19,20	<b>Hähnchenschnitzel*</b> mit Kartoffeln Kaisergemüse  Nachtisch kJ: 2148 kcal: 513KH: 18,4 BE: Fett: 21,6 ZS: 2,5,7,10,13a,16	 <p><b>Bestellung Obsttüte (Lieferung montags) 6,40 € pro Tüte</b> Bitte hier ankreuzen:</p> <input type="checkbox"/>		<b>Hähnchenschnitzel</b> Kaisergemüse und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 1892 kcal: 452KH: 18,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,5,7,10,13a,16	

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere Kalorienangaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit höherem Salz. Aus Gründen der Produktstabilität 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=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