




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

	Montag 26.07.2021	Dienstag 27.07.2021	Mittwoch 28.07.2021	Donnerstag 29.07.2021	Freitag 30.07.2021	Samstag 31.07.2021	Sonntag 01.08.2021
<b>Menü 1</b>	<b>2 Hacksteaks in Pfefferrahmsauce</b>  mit grünen Pfefferkörnern, Bohnengemüse und Salzkartoffeln {1,3,7,9,10,33,42,43,44}	<b>Deftige Bauernplatte</b>  Kasseler, Bratwürstchen "Thüringer Art" und Bauchfleisch auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree mit Röstzwiebeln {1,7,9,10,33,38,43,44}	<b>Hausgemachte Erbsensuppe</b>  mit Speck und Zwiebeln, 1 Mettwurstchen und 1 Brötchen {1,6,7,9,10,31,33,38,39,42,43,44}	<b>Hubertusbraten</b>  mit einer Waldpilzsauce, Rotkohl und 5 Klößchen {1,6,7,9,10,33,38,42,43}	<b>Schinken-Makkaroni</b>  in feiner Tomatenkräutersauce {1,7,33,38,42,43,44}	<b>2 hausgemachte Frikadellen</b>  in feiner Sauce mit Kohlrabigemüse und Salzkartoffeln [3,9 BE] {1,3,7,9,10,42,43}	<b>Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art"</b>  mit hausgemachten Spätzle [6,6 BE] {1,3,7,12,33,38,42,43,44}
<b>Menü 2</b>	<b>Hähnchen "süß-sauer"</b>  Hühnerbrustwürfel mit bunter Paprika, Karotten und Ananas in süß-saurer Sauce und Reis {46}	<b>2 Hähnchenbrustfilets "natur"</b>  in einer pikanten Currysauce, dazu Zuckererbsen und Bandnudeln {1,3,7,46}	<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>3 Apfel-Pfannkuchen (veg.)</b>  mit Vanillesauce {1,3,7,31}	<b>Gebratenes Buntbarschfilet</b>  in Dijon-Senfsauce, dazu Spinat und Salzkartoffeln {1,4,7,9,10,12,33}	<b>Rinderbraten "Esterhazy"</b>  in Gemüsesauce mit Petersilienkartoffeln [3,7 BE] {9,38,42}	<b>Putenschnitzel "natur"</b>  in Sahnesauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln [3,6 BE] {7,39,42,44,46}
<b>Menü 3</b>	<b>Spaghetti Carbonara</b>  mit Speck und Schinken in Sahnesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}	<b>Gedünstetes Seehechtfilet</b>  auf einer cremigen Gemüsesauce, dazu Petersilienkartoffeln {1,4,7,9,33}	<b>Lasagne "al forno"</b>  mit fein-würziger Hackfleischsauce Nur in Einzelverpackung lieferbar! {1,6,7,42}	<b>Zitronenhähnchen "Toscana"</b>  mit Bohnen und Thymiankartoffeln {7,33,46}	<b>Schweinefleisch "süß-sauer"</b>  mit Paprika, Ananas und Karotten, dazu Reis {12,33,38,39,43,46}	 <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>Gekochter Tafelspitz</b>  in Meerrettichsauce mit Petersilienkartoffeln, dazu Gurkenhappen [4,4 BE] {7,12,33,38,39,42,43}	<b>Hackbraten</b>  in Kräutersauce mit Speckböhnchen und Salzkartoffeln [3,2 BE] {1,7,33,38,42,43,44}	<b>Putenbrust "natur"</b>  in feiner Bratensauce mit Tomatenwürfeln, Kohlrabigemüse und Petersilienkartoffeln [3,5 BE] {7,42,46}	<b>Badisches Rahmgeschnetzeltes</b>  mit Möhrengemüse und Nudeln [4,1 BE] {1,7,12,33,38,42,43,44}	<b>Mageres Kasseler</b>  mit Sauerkraut und Kartoffelpüree [3,4 BE] {7,33,38,43,44}		
<b>Vegetarisch</b>	<b>Grüne Bandnudeln (veg.)</b>  mit einer mediterranen Gemüsesauce und Hirtenkäse {1,3,7}	<b>Gemüse-Pastapfanne (veg.)</b>  Mezze Penne mit Paprika, Mais und Erbsen, garniert mit Hirtenkäse {1,7}	<b>ische Champignons in Rahmsauce (veg.)</b>  mit Salbei und getrockneten Tomaten, dazu Kräuterspätzle {1,3,7,33}	<b>Orientalische Rote Linsensuppe (veg.)</b>  mit würzigem Paprikamark, dazu 1 kleines Brötchen {1,6,7,33}	<b>Bunte Reispfanne (veg.)</b>  mit Paprika und Mais, dazu eine Tomaten-Basilikumsauce garniert mit Hirtenkäse {7,39}		
<b>Kalt</b>	<b>Geflügelschnitzel</b>  mit 1/2 Pfirsich und Nudelsalat {1,3,10,12,31,39,46}	<b>3 Cevapcici</b>  mit einem pikanten Bulgursalat, dazu Butter und Brot {1,6,7,10,13,42,44}	<b>Eiersalat</b>  mit Mandarinen, Kochschinken und Mais, dazu Butter und Brot {1,3,7,10,11,12,31,33,38,39,43,44}	<b>Gebratenes Schweinekotelett</b>  mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}	<b>Meyers Milchreis (veg.)</b>  mit etwas Zucker und Zimt, feinsten Sauerkirschen und Apfelmus Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {7,33}		
<b>Salat</b>	<b>Griechischer Salat (veg.)</b>  Eisbergsalat mit Hirtenkäse, Oliven und Peperoni, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,6,7,11,36}	<b>Salat Tiroler Art</b>  Eisberg- und Feldsalat mit Käse und Cabanossischeiben, dazu Honig-Senf-Dressing und 1kleines Vollkornbrötchen {1,3,7,10,11,33,38,43,44}	<b>Schlemmer-Salat</b>  mit Schweinefilet, Tomaten, Karotten, Erbsen und Lollo Rosso, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,10,11,38,43}	<b>Salat "4-Jahreszeiten" (veg.)</b>  frischer Blattsalat mit rote Bete, gebratenen Champignons, Apfelspalten und Ziegenkäse, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen {1,3,7,9,10,11}	<b>Orientalischer Salat</b>  bunter Salat mit marinierten Kichererbsen, Geflügelfrikadellen und Tomaten, dazu Honig-Senf-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,9,10,33,46}	<p><b>Bestellung Obsttüte (Lieferung montags) - 6,30 € pro Tüte</b></p>  <p>bitte hier ankreuzen </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 26.07.2021 - 01.08.2021

KW 30	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> 26.07	<b>Möhreneintopf Bürgerlich</b> mit Bockwurst  Nachtisch kJ: 1986 kcal: 474KH: 26,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 6,7,10,13a,19,20,22	<b>Curry-Rahm-Schnitzel</b> mit Erbsen und Reis  Nachtisch kJ: 2446 kcal: 548KH: 48,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	<b>Schwalmtaler Salat</b> mit Frikadelle und Dressing  Nachtisch kJ: 1988 kcal: 475KH: 16,0 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	<b>Ruccola*</b> Süßkartoffelschnitte mit Nudeln und Tomatensoße Nachtisch kJ: 1561 kcal: 398KH: 49,0 BE: Fett: 12,0 ZS: 1,2,7,10,13a,16	<b>Hähnchen-Gyros*</b> mit Reis und Tomatensoße  Nachtisch kJ: 2112 kcal: 441KH: 32,0 BE: Fett: 34,0 ZS: 5,13a,16	<b>Möhreneintopf Bürgerlich</b> mit Bockwurst  Nachtisch kJ: 1945 kcal: 448KH: 19,0 BE: Fett: 10,0 ZS: 6,7,10,13a,16
<b>Di</b> 27.07	<b>Eieromelett*</b> mit Rahmspinat und Butterkartoffeln  Nachtisch kJ: 1803 kcal: 430KH: 20,4 BE: Fett: 34,6 ZS: 5,10,13a,16	<b>Frikadelle</b> mit Brechbohnen und Püree  Nachtisch kJ: 2376 kcal: 568KH: 27,0 BE: Fett: 29,2 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	<b>Salatplatte Hawaii</b> mit Schinken und Ananas dazu Dressing  Nachtisch kJ: 1530 kcal: 363KH: 10,0 BE: Fett: 12,0 ZS: 1,2,3,7,10,13a,16,20	<b>Käsespätzle*</b> und Salat  Nachtisch kJ: 2851 kcal: 681KH: 81,0 BE: Fett: 18,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	<b>Kaiserschmarrn*</b> mit Vanillesoße  Nachtisch kJ: 2007 kcal: 497KH: 39,0 BE: Fett: 23,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,20	<b>Eieromelett*</b> mit Rahmspinat und Butterkartoffeln  Nachtisch kJ: 1800 kcal: 427KH: 20,4 BE: Fett: 42,0 ZS: 5,10,13a,16
<b>Mi</b> 28.07	<b>Nürnberger Rostbratwurst</b> (4Stck.) Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2098 kcal: 501KH: 15,9 BE: Fett: 34,0 ZS: 2,3,5,13a,16,19,20	<b>Putenbraten*</b> mit Romanesco und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2046 kcal: 488KH: 22,7 BE: Fett: 21,0 ZS: 7,13a,16	<b>Bunter Salat*</b> mit Hähnchennuggets und Dressing  Nachtisch kJ: 1368 kcal: 294KH: 19,3 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,10,13a,16,20	<b>Veg. Chili con carne*</b> mit Reis (pikant !)  Nachtisch kJ: 1876 kcal: 448KH: 71,6 BE: Fett: 8,8 ZS: 5,7,10,13a,16,20	<b>Kartoffel-Wirsing-Auflauf</b> mit Hackfleisch  Nachtisch kJ: 2376 kcal: 578KH: 44,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 5,7,10,13a,16	<b>Nürnberger Rostbratwurst</b> mit Sauerkraut und Püree  Nachtisch kJ: 2048 kcal: 495KH: 15,9 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,3,5,13a,16,19,20
<b>Do</b> 29.07	<b>Hähnchenschnitzel*</b> in Sahnesoße Buntes Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2042 kcal: 486KH: 29,6 BE: Fett: 41,0 ZS: 7,13a,16	<b>Schweinebraten</b> mit Gemüse und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2248 kcal: 528KH: 26,8 BE: Fett: 42,0 ZS: 13a,16	<b>Thunfisch-Reis-Salat*</b> 1 Brötchen  Nachtisch kJ: 1988 kcal: 425KH: 49,5 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,7,10,13a,16,20	<b>Bunter Gemüseeintopf*</b> mit Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2010 kcal: 423KH: 26,4 BE: Fett: 14,8 ZS: 13a	<b>Currywurst</b> mit Eiernudeln  Nachtisch kJ: 2110 kcal: 504KH: 54,4 BE: Fett: 56,0 ZS: 2,6,7,13a,16	<b>Hähnchenschnitzel</b> Sahnesoße Buntes Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1985 kcal: 475KH: 28,2 BE: Fett: 26,0 ZS: 7,13a,16
<b>Fr</b> 30.07	<b>Pan. Seelachsfilet*</b> mit Kräutersoße Salat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1998 kcal: 436KH: 21,3 BE: Fett: 36,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19	<b>Geflügel-Gemüse*</b> Rahmpfanne mit Nudeln  Nachtisch kJ: 1992 kcal: 482KH: 39,6 BE: Fett: 19,4 ZS: 7,13a,16	<b>Gemischter Salat</b> mit Fetakäse und Paryfrikadellen  Nachtisch kJ: 1964 kcal: 469KH: 13,5 BE: Fett: 15,0 ZS: 1,7,10,13a,16,20	<b>Rosmarin-Schupfnudeln*</b> mit Ratatouille  Nachtisch kJ: 2160 kcal: 520KH: 29,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 5,10,13a,16	<b>Blaubeerpfannkuchen</b> mit Vanillesoße  Nachtisch kJ: 2666 kcal: 681KH: 97,3 BE: Fett: 56,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16	<b>Fischfilet natur*</b> mit Kräutersoße Salat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1751 kcal: 408KH: 21,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,10,12,13a,19,20
<b>Sa</b> 31.07	<b>Schnittbohnen-Eintopf</b> mit Geflügel-Bockwurst  Nachtisch kJ: 1754 kcal: 419KH: 14,1 BE: Fett: 30,0 ZS: 13a,16,19,20	<b>Kohlroulade</b> in würziger Zwiebelsoße und Püree  Nachtisch kJ: 2047 kcal: 489KH: 38,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	 <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>Schnittbohnen-Eintopf</b> mit Geflügel-Bockwurst  Nachtisch kJ: 1549 kcal: 370KH: 9,4 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,13a,16,19,20
<b>So</b> 01.08	<b>Rinderbraten*</b> mit Salzkartoffeln und Rotkohl  Nachtisch kJ: 2223 kcal: 526KH: 28,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16	<b>Schweinegeschnetzeltes</b> mit Kaisergemüse und Püree  Nachtisch kJ: 1909 kcal: 442KH: 26,5 BE: Fett: 29,3 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16				 <p><b>Bestellung Obsttüte (Lieferung montags) 6,40 € pro Tüte</b> Bitte hier ankreuzen:</p> <input type="checkbox"/>

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere Kalorienangaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit höherem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rotkohlarten 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