

21. Woche

22.05.2023 - 28.05.2023

**ACHTUNG !!!!**  
**Die Bestellung für Pfingstmontag (29.05.2023) kann leider nur bis spätestens Freitag den 12.05.2023 eingereicht werden !!**



Besteller / Name: \_\_\_\_\_

**Alle Menüs 10,00 € (ausgenommen Menü 4 - Diabetiker geeignet - 10,30 €) / Wochenende und Feiertage Aufschlag 0,20 € / Portion**

|                    | Montag 22.05.2023  | Dienstag 23.05.2023   | Mittwoch 24.05.2023  | Donnerstag 25.05.2023  | Freitag 26.05.2023  | Samstag 27.05.2023  | Sonntag 28.05.2023  |  |  |
|--------------------|--|---|--|--|---|---|---|--|--|
| <b>Menü 1</b>      | <b>Leberkäse mit Röstzwiebeln</b><br><br>dazu Bayrisch-Kraut und Kartoffelpüree {1,7,12,33,38,42,43,44}  | <b>Penne Bolognese</b><br><br>Nudeln mit Tomaten-Hackfleischsauce und Parmesankäse extra {1,3,7,9,42,44}  | <b>Hausgemachte Erbsensuppe</b><br><br>mit Speck und Zwiebeln, 1 Mettwurstchen und 1 Brötchen {1,6,9,10,31,33,38,39,42,43,44}                              | <b>Kräftige Kohlroulade</b><br><br>mit Speck-Zwiebelsauce und Salzkartoffeln {1,10,33,42,43,44}  | <b>Pfeffergulasch vom Rind</b><br><br>mit Zwiebeln und Paprika, dazu Zöpfli-Nudeln mit Semmelbrösel {1,38,42}   | <b>Gebratene Hähnchenkeule</b><br><br>in feiner Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln [3,1 BE] {7,42,43,44,46}   | <b>Kasselerbraten</b><br><br>in feiner Bratensauce mit grünen Böhnchen und Kartoffelpüree [3,0 BE] {7,33,38,42,43,44} |  |  |
| <b>Menü 2</b>      | <b>Paniertes Hähnchenschnitzel</b><br><br>in Rahmsauce mit Broccoli-Karottengemüse, Sauce Hollandaise und Salzkartoffeln {1,3,7,31,33,42,44,46}      | <b>Hühnerbrustfilet "natur"</b><br><br>in Sauce Hollandaise mit Spargel und buntem Reis {3,7,31,33,44,46}   | <b>Zartes Pfeffer-Steak</b><br><br>in würziger Käsesauce mit Pariser Karotten und Erbsen, dazu Salzkartoffeln {7,10,33,42,43}                              | <b>Milchreis Pflaume (veg.)</b><br><br>mit Zimt und Zucker, dazu warmes Pflaumenkompott {7}  | <b>Gebratenes Buntbarschfilet</b><br><br>in Dijon-Senssauce, dazu Spinat und Salzkartoffeln {1,4,7,9,10,12,33}  | <b>4 Bratwürstchen "Nürnberger Art"</b><br><br>auf Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree [3,0 BE] {7,9,10,33,38,43,44}  | <b>Gedünstetes Seehechtfilet</b><br><br>in einer Dillrahmsauce mit Broccoli und Kartoffeln [3,3 BE] {4,7,8,9,33,44}   |  |  |
| <b>Menü 3</b>      | <b>Djuvecreispfanne</b><br><br>mit Tomatensauce, Hähnchenbrustwürfel und Hirtenkäse {7,46}   | <b>Schwäbische Linsen</b><br><br>mit Spätzle und Wiener Würstchen {1,3,12,33,38,43,44}  | <b>Gegrillte Hähnchenkeule</b><br><br>auf mediterranem Grillgemüse mit Reis {12,31,33,46}  | <b>Tagliatelle "al prosciutto"</b><br><br>grüne Bandnudeln mit Schinken und Pilzen in milder Sahnesauce {1,3,7,10,12,33,38,42,43,44}             | <b>Meyers große Nudelplatte</b><br><br>Käsetortellini und grüne Nudeln in Käsesahnesauce, Spaghetti in einer Bolognesesauce {1,3,7,31,33,38,42,43,44}     |  <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><br/><b>Telefax 0234 30796 67</b></p> <p><b>Bestellungen</b><br/><b>Mo. - Do. 08:00 - 13:00 Uhr</b><br/><b>Fr. 08:00 - 11:30 Uhr</b></p> |   |  |  |
| <b>Menü 4</b>      | <b>Frühlingsgemüse-Eintopf</b><br><br>mit Fleischeinlage [2,3 BE] {6,9,10,33,38,42,43,44}  | <b>Gedünstetes Seehechtfilet</b><br><br>in Gemüserahmsauce mit Petersilienkartoffeln [4,0 BE] {1,4,7,9,33}  | <b>Rindergulasch</b><br><br>mit Rotkohl und Salzkartoffeln [3,6 BE] {12,33,38,42,44}   | <b>Hähnchenschnitzel Art "Cordon bleu"</b><br><br>in Sauce mit Salzkartoffeln, dazu Erbsen und Möhren [4,6 BE] {1,7,31,42,44,46}                 | <b>Dicke Bohnen</b><br><br>mit 1 Scheibe magerem Speck und 1 Würstchen, dazu Salzkartoffeln [4,0 BE] {7,33,38,43,44}                                      |   |   |  |  |
| <b>Vegetarisch</b> | <b>Penne in Gorgonzolasauce (veg.)</b><br><br>mit Blattspinat und Broccoli {1,7}   | <b>Eieromelette "natur" (veg.)</b><br><br>mit Rahmspinat und Salzkartoffeln {3,7}   | <b>Buntes Gemüsecurry (veg.)</b><br><br>Champignons, Paprika, Erbsen und Karotten in einer Currysauce mit Kokosmilch, dazu Basmatireis                     | <b>Mediterrane Linsensuppe (veg.)</b><br><br>mit Tomaten, Kräutern und Balsamicoessig, dazu 1 Brötchen {1,6,7,9,10,12,31,33}                     | <b>Gemüse-Pastapfanne (veg.)</b><br><br>Mezze Penne mit Paprika, Mais und Erbsen, garniert mit Hirtenkäse {1,7}   |   |   |  |  |
| <b>Kalt</b>        | <b>3 Matjesfilets</b><br><br>mit Zwiebelringen, Senfsahnesauce und Kartoffelsalat ohne Mayonnaise {1,3,4,7,10,12,31,33,39,42,43,44}                  | <b>Holländischer Käsesalat (veg.)</b><br><br>mit Paprika, Mandarine, Apfel, Kräuterjoghurt-Dressing, Butter und Brot {1,3,6,7,10,11,31,33,39}                           | <b>Sahnequark mit Himbeeren (veg.)</b><br><br>und Gebäck Wird in einer Klarsichtschale geliefert! {1,3,6,7}  | <b>Gebratenes Schweinekotelett</b><br><br>mit Senf und Kartoffelsalat {1,3,10,31,39,43}  | <b>3 Cevapcici</b><br><br>mit einem pikanten Bulgursalat, dazu Butter und Brot {1,6,7,10,42,44}   |   |   |  |  |
| <b>Salat</b>       | <b>Salat Sunny Surprise</b><br><br>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><br><br>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><br><br>bunter Salat mit panierten Hähnchenstücken, Tomaten und Gurke, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,10,46} | <b>Fit-Salat</b><br><br>bunter Salat mit geräucherter Putenbrust in Streifen, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen {1,3,6,7,33,38,44,46} | <b>Bunter Salat Mix (veg.)</b><br><br>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> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <p>bitte hier ankreuzen</p>  </div> </div> |  |

(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 22.05.2023 - 28.05.2023

| KW 21       | Menü 1 – silber Klassiker<br>€ 8,65/ Mini € 7,70  | Menü 2 – blau Gourmet<br>€ 8,65/ Mini € 7,70   | Menü 3 – Salat<br>€ 8,65/ Mini € 7,70   | Menü 4 – grün vegetarisch<br>€ 8,65/ Mini € 7,70   | Menü 5 – lila Allerlei<br>€ 8,65/ Mini € 7,70   | Menü 6 – rot Diabetiker geeignet<br>€ 8,65/ Mini € 7,70  |
|-------------|---|--|---|--|---|--|
| Mo<br>22.05 | <b>Erbsensuppe</b><br>mit Bockwurst<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2165 kcal: 517KH: 22,8 BE: Fett: 28,5<br>ZS: 5,6,13a,16,19,20,22                            | <b>Sauerbratengulasch*</b><br>vom Rind mit<br>Rotkohl<br>und Kartoffeln<br>Nachtisch<br>kJ: 2242 kcal: 532KH: 41,0 BE: Fett: 32,6<br>ZS: 2,7,13a,16,20       | <b>Bunter Salat*</b><br>mit Hähnchenbrust<br>Dressing<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1218 kcal: 294KH: 19,3 BE: Fett: 4,2<br>ZS: 5,7,10,13a,16,20  | <b>Veg. Röstling*</b><br>mit Tomatensoße<br>und Reis<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1980 kcal: 474KH: 41,0 BE: Fett: 14,6<br>ZS: 10,13a,16,19,22                      | <b>Apfelfannkuchen*</b><br>mit Vanillesoße<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1742 kcal: 416KH: 41,0 BE: Fett: 24,6<br>ZS: 7,10,13a,16                         | <b>Sauerbratengulasch*</b><br>vom Rind mit<br>Rotkohl und<br>Kartoffeln<br>Nachtisch<br>kJ: 2152 kcal: 488KH: 27,8 BE: 3,0 Fett: 25,7<br>ZS: 2,7,13a,16,20 |
| Di<br>23.05 | <b>Mettwurst</b><br>mit Jägerkohl<br>dazu Röstzwiebelpüree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2472 kcal: 581KH: 61,0 BE: Fett: 29,3<br>ZS: 2,3,,5,7,10,13a,16,     | <b>Hähnchenbrust*</b><br>Basilikum-Sahnesoße<br>mit Gemüse und<br>Spätzle<br>Nachtisch<br>kJ: 2252 kcal: 543KH: 65,4 BE: Fett: 32,9<br>ZS: 7,13a,16          | <b>Gem. Salat*</b><br>mit Käse<br>und Dressing<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1418 kcal: 298KH: 18,0 BE: Fett: 10,0<br>ZS: 5,7,10,13a,16,20  | <b>Gemüse-Pilz-Pfanne*</b><br>mit Käse-Sahne-Soße<br>und Röstzwiebelpüree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2232 kcal: 533KH: 75,4 BE: Fett: 11,3<br>ZS: 2,7,5,10,13a,16 | <b>Frikadelle</b><br>mit Zwiebel-Specksoße<br>Gemüse und Spätzle<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 37,0<br>ZS: 2,3,10,13a,16 | <b>Mettwurst</b><br>mit Jägerkohl<br>Röstzwiebelpüree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2283 kcal: 552KH: 37,4 BE: 2,5 Fett: 25,0<br>ZS: 2,3,5,7,10,13,16a,          |
| Mi<br>24.05 | <b>Hähnchenschnitzel*</b><br>mit Currysoße<br>und Erbsen<br>dazu Reis<br>Nachtisch<br>kJ: 2022 kcal: 482KH: 32,4 BE: Fett: 17,9<br>ZS: 2,5,7,13a,16     | <b>Nürnberger Würstchen</b><br>mit Sauerkraut<br>und Kartoffelpüree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2098 kcal: 501KH: 25,9 BE: Fett: 35,0<br>ZS: 2,3,5,6,7,13a,16,20 | <b>Salatteller*</b><br>mit Hähnchennuggets<br>und Dressing<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1318 kcal: 290KH: 16,5 BE: Fett: 19,7<br>ZS: 2,5,7,10,13a,16,19,20   | <b>Veg. Kohlroulade*</b><br>mit Kümmelsoße<br>und Püree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2155 kcal: 450KH: 46,5 BE: Fett: 16,3<br>ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,                | <b>Blumenkohl-Auflauf</b><br>mit Hackfleisch<br>und Käse überbacken<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2565 kcal: 560KH: 61,0 BE: Fett: 40,2<br>ZS: 2,5,13a,16 | <b>Hähnchenschnitzel*</b><br>mit Currysoße<br>Erbsen und Reis<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1988 kcal: 465KH: 27,4 BE: 3,0 Fett: 15,5<br>ZS: 2,5,7,13a,16        |
| Do<br>25.05 | <b>Putenkeule*</b><br>mit Rotkohl<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2347 kcal: 561KH: 48,2 BE: Fett: 38,2<br>ZS: 1,6,13a,16,20                  | <b>Schweinegeschnetzeltes</b><br>"Berne- Art"<br>und Nudeln<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2275 kcal: 548KH: 51,2 BE: Fett: 37,0<br>ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20        | <b>Thunfisch-Reissalat</b><br>1 Brötchen<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1988 kcal: 445KH: 49,5 BE: Fett: 18,6<br>ZS: 2,7,10,12,13a,16,20   | <b>Wirsing Eintopf*</b><br>mit Gemüse<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1762 kcal: 418KH: 32,8 BE: Fett: 16,0<br>ZS: 13a                               | <b>Hähnchenpfanne Madagask</b><br>mit Nudeln<br>und Salat<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2325 kcal: 475KH: 51,6 BE: Fett: 7,4<br>ZS: 7,13a,16              | <b>Wirsing Eintopf</b><br>mit Gemüse<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1743 kcal: 398KH: 24,8 BE: 3,0 Fett: 14,0<br>ZS: 13a                        |
| Fr<br>26.05 | <b>Pan. Fischfilet*</b><br>mit Weißweinsoße<br>Salzkartoffeln und<br>Salat<br>Nachtisch<br>kJ: 2243 kcal: 481KH: 51,5 BE: Fett: 14,8<br>ZS: 7,12,13a,16 | <b>Schweine-Hacksteak</b><br>mit Wirsinggemüse<br>und Püree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2098 kcal: 501KH: 51,0 BE: Fett: 38,0<br>ZS: 2,5,7,13a,16,               | <b>Gemischter Salat</b><br>mit Schafskäse<br>und Dressing<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1960 kcal: 445KH: 22,5 BE: Fett: 17,0<br>ZS: 1,2,6,7,10,13a,16,20   | <b>Veg. Currykartoffeln</b><br>mit Möhren<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1228 kcal: 322KH: 40,2 BE: Fett: 17,2<br>ZS: 2,3,7,13a,16,22,23                              | <b>Quarkkeulchen *</b><br>mit Vanillesoße<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 20,6<br>ZS: 2,7,10,13a,16,                       | <b>Fischfilet "natur"</b><br>mit Weißweinsoße<br>Kartoffeln und<br>Salat<br>Nachtisch<br>kJ: 2095 kcal: 444KH: 27,3 BE: 3,0 Fett: 21,4<br>ZS: 7,12,13a,16  |
| Sa<br>27.05 | <b>Möhreneintopf*</b><br>mit Geflügelbockwurst<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1669 kcal: 368KH: 27,7 BE: Fett: 17,9<br>ZS: 6,13a,16,19,20                      | <b>Frikadelle</b><br>in Champignonsoße<br>Kartoffelpüree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2353 kcal: 562KH: 18,0 BE: Fett: 35,8<br>ZS: 2,3,5,13a,20                   |  <p><b>Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH</b><br/>Telefon: 0234 - 307 96 71<br/>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>Frikadelle</b><br>in Champignonsoße<br>dazu Kartoffelpüree<br><br>Nachtisch<br>kJ: 1911 kcal: 456KH: 18,0 BE: 3,0 Fett: 22,4<br>ZS: 2,3,5,13a,20        |
| So<br>28.05 | <b>Hähnchenbrust*</b><br>mit Mischgemüse<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2194 kcal: 548KH: 27,7 BE: Fett: 19,0<br>ZS: 13a,16                  | <b>Schweinegulasch</b><br>mit Pilzen und Zwiebeln<br>dazu Spätzle<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2868 kcal: 685KH: 50,0 BE: Fett: 28,0<br>ZS: 13a,16                |  <p><b>Bestellung Obsttüte<br/>(Lieferung montags)<br/>6,40 € pro Tüte</b></p> <p>Bitte hier ankreuzen:</p> <div style="border: 1px solid black; width: 40px; height: 30px; margin: 0 auto;"></div>  |  |   | <b>Hähnchenbrust*</b><br>mit Mischgemüse<br>und Kartoffeln<br><br>Nachtisch<br>kJ: 2098 kcal: 501KH: 27,7 BE: 3,0 Fett: 17,8<br>ZS: 13a,16                 |

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=Pekkan, 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