

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 6 / 05.02.2018 - 11.02.2018

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Diabetiker
Mo 05.02	Hackfleisch-Kartoffel- Möhren-Eintopf Nachtsch kJ: 1986 kcal: 474KH: 26,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 13a	Geflügelfrikadelle* mit Blumenkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1962 kcal: 465KH: 21,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,13a,16,19,20	Schwalmtaler Salat 1 Frikadelle Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 26,0 BE: Fett: 9,6 ZS: 7,13a,16,20	Veg. Paprikaschote* mit Reis und Tomatensoße Nachtsch kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,0 BE: Fett: 11,0 ZS: 5,10,13a,16,19,22	Apfelpannkuchen * mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1742 kcal: 416KH: 26,0 BE: Fett: 11,5 ZS: 2,7,10,13a,16	Geflügelfrikadelle* mit Blumenkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1752 kcal: 418KH: 22,0 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 2,3,5,13a,16,19,20
Di 06.02	Frische Bratwurst mit Kohlrabi und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 18,5 BE: Fett: 27,3 ZS: 5,6,13a,16,19,20,22	Kassler auf jungen Dicken Bohnen Kartoffelpüree Nachtsch kJ: 2233 kcal: 534KH: 26,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,10,13a,16,19,20	Bunter Salat* Hähnchenbrust Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 16,0 BE: Fett: 9,6 ZS: 7,13a,16,20	Kartoffelknödel* mit Zwiebelsoße Apfelrotkohl Nachtsch kJ: 2235 kcal: 534KH: 20,4 BE: Fett: 6,4 ZS: 7,13a,16	Spaghetti Carbonara Salat Nachtsch kJ: 2180 kcal: 520KH: 46,6 BE: Fett: 31,6 ZS: 5,7,10,13a,16	Frische Bratwurst mit Kohlrabi und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2077 kcal: 496KH: 18,5 BE: 3,0 Fett: 24,1 ZS: 4,6,5,10,13a,16,19,20,22
Mi 07.02	Putenbraten* in Bratensoße Erbsen Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1986 kcal: 474KH: 26,0 BE: Fett: 22,5 ZS: 13a	Schweineschnitzel Mailänder-Art Gabelspaghetti Tomatensoße und Salat Nachtsch kJ: 2119 kcal: 506KH: 18,5 BE: Fett: 19,2 ZS: 5,10,13a,16	Sunny Surprice Salat* mit Pute und Pfirsich Dressing Nachtsch kJ: 1457 kcal: 348KH: 18,5 BE: Fett: 4,0 ZS: 7,13a,16,20	Möhrenschnitzel* Kartoffeln Salat Nachtsch kJ: 1842 kcal: 440KH: 18,5 BE: Fett: 10,2 ZS: 10,13a,16,19,20	Geflügel-Nudelauflauf* mit Käse überbacken Nachtsch kJ: 2060 kcal: 498KH: 18,5 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19	Putenbraten in Bratensoße Erbsen und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1746 kcal: 417KH: 18,5 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 13a
Do 08.02	Leberkäse auf Jägerkohl Püree mit ger. Zwiebeln Nachtsch kJ: 2223 kcal: 531KH: 20,1 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,5,10,13a,16	Schweinegulasch Zigeuner-Art Salat und Nudeln Nachtsch kJ: 2169 kcal: 518KH: 20,1 BE: Fett: 21,0 ZS: 5,7,10,13a,16	Bunter Salat mit Schinkenröllchen Dressing Nachtsch kJ: 1419 kcal: 297KH: 20,1 BE: Fett: 26,1 ZS: 7,13a,16,20	Ratatouille * geschmortes Gemüse mit Reis Nachtsch kJ: 1512 kcal: 361KH: 20,1 BE: Fett: 6,2 ZS: 13a	Geflügel-Fleisch-Bällchen in würziger Currysoße mit Möhren und Reis Nachtsch kJ: 2144 kcal: 512KH: 20,1 BE: Fett: 21,1 ZS: 7,10,13a,16,19	Leberkäse auf Jägerkohl Püree mit ger. Zwiebeln Nachtsch kJ: 1985 kcal: 474KH: 20,1 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 2,3,5,10,13a,16
Fr 09.02	Heringsstipp* "Hausgemacht" Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1947 kcal: 465KH: 25,3 BE: Fett: 55,0 ZS: 2,7,10,12,13a,16,19,20	Putensteak mit Tomaten-Senfsoße Reis und Balkangemüse Nachtsch kJ: 2160 kcal: 516KH: 30,3 BE: Fett: 10,4 ZS: 2,5,13a,20	Bunter Salat mit Hähnchennuggets Dressing Nachtsch kJ: 1448 kcal: 332KH: 18,9 BE: Fett: 11,6 ZS: 2,5,7,13a,16,20	Milchreis* mit heißen Kirschen Nachtsch kJ: 1890 kcal: 452KH: 30,3 BE: Fett: 8,0 ZS: 7,13a,16	Geb. Fischfilet mit Dillsoße und Salat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1985 kcal: 448KH: 26,7 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,10,12,13a,16,19	Putensteak mit Tomaten-Senfsoße Reis und Balkangemüse Nachtsch kJ: 1975 kcal: 486KH: 26,3 BE: 3,5 Fett: 12,4 ZS: 2,5,13a,20
Sa 10.02	Rheinische Bohnensuppe mit Mettwurst Nachtsch kJ: 2165 kcal: 517KH: 11,2 BE: Fett: 31,0 ZS: 5,6,13a,19,20	Hähnchenschnitzel* mit Blumenkohl Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2253 kcal: 536KH: 11,2 BE: Fett: 32,0 ZS: 10,13a,16,19	Rollender Mittagstisch GmbH 0234-865268 0234-8907367 Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Hähnchenschnitzel* mit Blumenkohl Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2194 kcal: 524KH: 11,2 BE: 3,0 Fett: 26,0 ZS: 10,13a,16,19
So 11.02	Spießbraten mit Rotkohl und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2380 kcal: 568KH: 18,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 13a,19,20	Putenbrust-Geschnetzeltes in Rahmsoße Kaisergemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2148 kcal: 513KH: 18,4 BE: Fett: 21,6 ZS: 7,13a,16				Putenbrust-Geschnetzeltes in Rahmsoße Kaisergemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1892 kcal: 452KH: 18,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 7,13a,16

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jedem Salat. 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=Pekal, 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

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 7 / 12.02.2018 - 18.02.2018

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Diabetiker
Mo 12.02	Wirsing-Eintopf mit Hackfleisch-Bällchen Nachtsch kJ: 1520 kcal: 363KH: 24,8 BE: Fett: 16,7 ZS: 10,13a,19,20	Hähnchen-Cordon-bleu mit Kartoffeln und Erbsen Nachtsch kJ: 2379 kcal: 568KH: 36,5 BE: Fett: 12,0 ZS: 1,10,13a,16	Salatteller mit Schinken und Ei Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 11,1 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,7,10,13a,16,20	Kaiserschmarrn* mit Apfelmus Nachtsch kJ: 1987 kcal: 467KH: 39,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16	Gyros-Reis-Pfanne mit Tomatensoße Nachtsch kJ: 2198 kcal: 525KH: 27,0 BE: Fett: 12,0 ZS: 7,13a	Hähnchen-Cordon-bleu mit Kartoffeln und Erbsen Nachtsch kJ: 2196 kcal: 524KH: 30,0 BE: 3,0 Fett: 10,0 ZS: 1,10,13a,16
Di 13.02	Eieromelett* mit Rahmspinat und Butterkartoffeln Nachtsch kJ: 1803 kcal: 430KH: 20,4 BE: Fett: 34,6 ZS: 5,10,13a,16	Schaschlik-Gulasch mit Eiernudeln und Salat Nachtsch kJ: 2110 kcal: 504KH: 54,4 BE: Fett: 56,0 ZS: 7,13a	Salatplatte mit* Thunfisch Dressing Nachtsch kJ: 2175 kcal: 518KH: 6,4 BE: Fett: 15,0 ZS: 7,10,12,13a,16,20	Champignontasche* mit Püree Nachtsch kJ: 2149 kcal: 513KH: 23,0 BE: Fett: 26,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16	Hähnchen-Nuggets* mit Püree und Mischgemüse Nachtsch kJ: 2290 kcal: 547KH: 21,8 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,5,10,12,13a,166	Schaschlik-Gulasch mit Eiernudeln und Salat Nachtsch kJ: 2077 kcal: 496KH: 36,8 BE: 3,0 Fett: 42,0 ZS: 7,13a
Mi 14.02	Nürnberger Rostbratwurst (4Stck.) Sauerkraut und Püree Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 15,9 BE: Fett: 34,0 ZS: 2,3,5,13a,16,19,20	Putenbraten* mit Brechbohnen und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1986 kcal: 474KH: 26,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 13a	Fitnesssteller* mit Schafskäse Nachtsch kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 4,2 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Gemüse-Reis-Pfanne* Asiatisch Nachtsch kJ: 1796 kcal: 429KH: 38,1 BE: Fett: 4,6 ZS: 13a	Thunfischauflauf * mit Nudeln mit Käse überbacken Nachtsch kJ: 2063 kcal: 491KH: 71,0 BE: Fett: 31,0 ZS: 10,12,13a,16	Nürnberger Rostbratwurst mit Sauerkraut und Püree Nachtsch kJ: 2048 kcal: 495KH: 15,9 BE: 3,0 Fett: 16,0 ZS: 2,3,5,13a,16,19,20
Do 15.02	Schweineschnitzel in Sahnesoße Buntes Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2042 kcal: 486KH: 29,6 BE: Fett: 41,0 ZS: 7,13a,16	Rinderhacksteak* in feiner Soße mit Broccoli und Püree Nachtsch kJ: 2046 kcal: 488KH: 16,0 BE: Fett: 42,0 ZS: 2,3,5,10,13a,16,19,20	Bunter Salat mit Bratenscheiben Dressing Nachtsch kJ: 1524 kcal: 364KH: 19,3 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,10,13a,16,20	Gemüsestrudel* mit Soße und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1629 kcal: 389KH: 32,0 BE: Fett: 51,0 ZS: 5,10,13a,16,19,20	Geflügelbratwurst * mit Mischgemüse Püree Nachtsch kJ: 2378 kcal: 568KH: 17,0 BE: Fett: 30,3 ZS: 2,3,5,10,13a,16,19,20	Schweineschnitzel Sahnesoße Buntes Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1985 kcal: 475KH: 28,2 BE: 2,5 Fett: 26,0 ZS: 7,13a,16
Fr 16.02	Cevapcici* mit Reis Tomaten-Paprika-Soße und Salat Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 28,3 BE: Fett: 36,0 ZS: 5,10,13a,19,20	Geflügelrahmgulasch* mit Nudeln und Pariser Karotten Nachtsch kJ: 1992 kcal: 482KH: 39,6 BE: Fett: 19,4 ZS: 7,13a,16,	Griechischer Nudelsalat mit Frikadelle Nachtsch kJ: 2035 kcal: 436KH: 25,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 10,13a,16,20	Schupfnudeln* in Pilzrahmsauce mit frischen Kräutern Nachtsch kJ: 2160 kcal: 520KH: 26,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 5,10,13a,16	Fischfilet natur* Kräutersoße Salat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1788 kcal: 420KH: 20,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,10,12,13a,16,19,20	Cevapcici* mit Reis Tomaten-Paprika-Soße und Salat Nachtsch kJ: 1851 kcal: 442KH: 21,4 BE: 3,0 Fett: 28,0 ZS: 5,10,12,13a,19,20
Sa 17.02	Schnittbohnen-Eintopf mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1754 kcal: 419KH: 14,1 BE: Fett: 30,0 ZS: 13a,16,19,20	Rinderfrikadelle* in würziger Zwiebelsoße Leipziger Allerlei Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2047 kcal: 489KH: 38,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 10,13a,16,20	Rollender Mittagstisch GmbH 0234-865268 0234-8907367 Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Schnittbohnen-Eintopf mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1549 kcal: 370KH: 9,4 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 1,13a,16,19,20
So 18.02	Sauerbraten* mit Klößen und Rotkohl Nachtsch kJ: 2223 kcal: 526KH: 28,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16	Schweinebraten mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1909 kcal: 442KH: 26,5 BE: Fett: 29,3 ZS: 7,13a,16				Sauerbraten* mit Klößen und Rotkohl Nachtsch kJ: 2030 kcal: 473KH: 22,0 BE: 4,5 Fett: 28,0 ZS: 2,3,5,7,12,13a,16

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit jedem Salat. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohkostwaren 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=Pekán, 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