

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 8 / 19.02.2018 - 25.02.2018

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Diabetiker
Mo 19.02	Serbische Bohnensuppe mit Mettwurst Nachtsch kJ: 2462 kcal: 588KH: 37,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 1,2,5,6,13a,19,20	Szegediner Gulasch (v. Schwein) mit Kartoffeln Nachtsch kJ: 2198 kcal: 525KH: 18,9 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,13a,16	Salatplatte* mit Thunfisch Dressing Nachtsch kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	Marillenknödel* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 2370 kcal: 566KH: 46,3 BE: Fett: 15,0 ZS: 7,10,13a	Putengeschnetzeltes* mit Mais Nudeln Nachtsch kJ: 1340 kcal: 320KH: 38,2 BE: Fett: 20,7 ZS: 5,7,13a,16	Szegediner Gulasch mit Kartoffeln Nachtsch kJ: 2044 kcal: 488KH: 12,6 BE: 3,5 Fett: 10,4 ZS: 7,13a,16
Di 20.02	Feuerspieß Gabelspaghetti und Salat Nachtsch kJ: 1604 kcal: 383KH: 62,3 BE: Fett: 17,8 ZS: 5,10,13a,16,20	Hähnchenschnitzel* mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2232 kcal: 533KH: 28,5 BE: Fett: 13,5 ZS: 13a,16,20	Salatplatte Hawaii mit Schinken und Ananas Dressing Nachtsch kJ: 1535 kcal: 368KH: 10,0 BE: Fett: 11,5 ZS: 7,13a,16,20	Gemüsefrikadelle* Paprikasoße Nudeln Nachtsch kJ: 2251 kcal: 535KH: 20,3 BE: Fett: 13,5 ZS: 7,10,13a,16,19	Nudeln* mit einer Broccoli-Gemüesoße Nachtsch kJ: 2403 kcal: 574KH: 53,0 BE: Fett: 11,6 ZS: 2,7,10,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1989 kcal: 475KH: 19,4 BE: 3,0 Fett: 10,0 ZS: 7,13a,16
Mi 21.02	Hackfleischpfanne mit Paprika und Pilzen Nudeln Nachtsch kJ: 2709 kcal: 647KH: 71,0 BE: Fett: 14,4 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	Wirsingroulade mit Kartoffelpüree und Specksoße Nachtsch kJ: 2479 kcal: 592KH: 16,9 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	Salatplatte mit Tomaten und Mozarella Nachtsch kJ: 1373 kcal: 328KH: 6,6 BE: Fett: 17,0 ZS: 2,7,13a,16,20	Veg. Bratwurst* mit Brechbohnen Püree Nachtsch kJ: 1859 kcal: 444KH: 19,9 BE: Fett: 30,0 ZS: 5,10,13a,16,19	Hähnchen-Nudelaufauf* mit Käse überbacken Nachtsch kJ: 2060 kcal: 498KH: 58,7 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,7,10,13a,16	Wirsingroulade mit Kartoffelpüree und Specksoße Nachtsch kJ: 2194 kcal: 524KH: 10,5 BE: 2,5 Fett: 11,2 ZS: 2,3,5,10,13a,16,200
Do 22.02	Gyros mit Zwiebeln Tomatensoße Reis und Krautsalat Nachtsch kJ: 2068 kcal: 494KH: 33,3 BE: Fett: 16,0 ZS: 5,10,13a,16	Rindergulasch* mit buntem Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2047 kcal: 489KH: 25,9 BE: Fett: 14,3 ZS: 5,13a,16	Hirtensalat mit Hackbällchen Schafskäse Dressing Nachtsch kJ: 1143 kcal: 473KH: 11,1 BE: Fett: 11,5 ZS: 7,13a,16,20	Milchreis* mit bunten Früchten Nachtsch kJ: 1905 kcal: 458KH: 35,3 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Käsetortelini mit* feiner Tomaten-Kräutersoße Salat Nachtsch kJ: 2110 kcal: 504KH: 62,0 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,7,10,13a,16	Rindergulasch* mit buntem Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2028 kcal: 478KH: 20,9 BE: 3,0 Fett: 17,8 ZS: 5,13a,16,20
Fr 23.02	Seelachsfilet natur* Senf-Dill-Soße Kartoffeln und Salat Nachtsch kJ: 1850 kcal: 450KH: 29,8 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,12,13a,16,19	Sauerkraut mit Fleischwurst und Kartoffelpüree Nachtsch kJ: 1453 kcal: 347KH: 15,9 BE: Fett: 33,6 ZS: 2,3,5,6,13a,16,20	Bunter Salat mit Hähncheninnenfilet Dressing Nachtsch kJ: 1654 kcal: 395KH: 25,7 BE: Fett: 10,4 ZS: 7,13a,16,20	Canneloni* mit Gemüsefüllung und Käsesoße Nachtsch kJ: 2110 kcal: 503KH: 65,0 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,5,10,13a,16	Reibekuchen* mit Apfelmus Nachtsch kJ: 1892 kcal: 452KH: 44,4 BE: Fett: 12,3 ZS: 3,10,13a,	Seelachsfilet natur* Senf-Dill-Soß Salat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1550 kcal: 370KH: 16,0 BE: 3,0 Fett: 7,0 ZS: 7,12,13a,16,19
Sa 24.02	Grünkohl-Eintopf mit Mettwurst Nachtsch kJ: 2184 kcal: 521KH: 31,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 6,13a,16,20	Geflügelfrikadelle* auf Wirsinggemüse und Püree Nachtsch kJ: 2605 kcal: 641KH: 70,0 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,4,6,7,10,13a,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			Grünkohl-Eintopf mit Mettwurst Nachtsch kJ: 1426 kcal: 348KH: 25,0 BE: 2,0 Fett: 22,0 ZS: 6,13a,16,20
So 25.02	Schweinebraten Leipziger Allerlei Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2085 kcal: 498KH: 16,8 BE: Fett: 10,5 ZS: 13a	Hähnchenfilet* Pariser Karotten und Reis Nachtsch kJ: 2580 kcal: 560KH: 24,0 BE: Fett: 14,0 ZS: 10,13a,16				Schweinebraten Leipziger Allerlei Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1758 kcal: 420KH: 11,5 BE: 2,5 Fett: 8,6 ZS: 13a

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

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 9 / 26.02.2018 - 04.03.2018

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Diabetiker
Mo 26.02	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1965 kcal: 588KH: 37,2 BE: Fett: 44,0 ZS: 1,10,13a,16,19,20	Sauerbraten-Gulasch* mit Rotkohl Kartoffeln Nachtsch kJ: 2123 kcal: 507KH: 25,5 BE: Fett: 13,8 ZS: 2,13a,16	Schlemmer-Salat mit Schinken und Ei Dressing Nachtsch kJ: 1536 kcal: 367KH: 10,0 BE: Fett: 11,5 ZS: 1,7,10,13a,16,20	Buntes Gemüse* mit Nudeln Tomatensoße Nachtsch kJ: 1814 kcal: 434KH: 62,8 BE: Fett: 7,2 ZS: 1,7,10,13a,16	Hähncheninfilet* mit fruchtiger Currysoße und Reis Nachtsch kJ: 1985 kcal: 489KH: 29,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,7,13a,16	Sauerbraten-Gulasch * vom Rind mit Rotkohl Kartoffeln Nachtsch kJ: 1800 kcal: 430KH: 17,4 BE: 3,0 Fett: 10,2 ZS: 2,13a,16
Di 27.02	Rührei mit gek. Schinken und Spinat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1800 kcal: 490KH: 15,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 1,10,13a,16	Hähnchen-Cordon-bleu* mit Blumenkohl Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2147 kcal: 513KH: 28,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 10,13a,16,20	Fitnesssteller* mit Schafskäse Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Apfelstrudel* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1930 kcal: 533KH: 43,6 BE: Fett: 9,6 ZS: 3,7,10,13a,16	Ravioli mit Tomatensoße und Blattsalat Nachtsch kJ: 2232 kcal: 533KH: 58,3 BE: Fett: 26,5 ZS: 5,7,13a,16	Rührei mit gek. Schinken und Spinat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1633 kcal: 390KH: 9,0 BE: 3,0 Fett: 17,0 ZS: 1,10,13a,16
Mi 28.02	Gefüllte Paprikaschote Tomatensoße Butterreis Nachtsch kJ: 2089 kcal: 499KH: 32,9 BE: Fett: 7,2 ZS: 7,13a,16	Zigeunerschnitzel mit Rösti Karottensalat Nachtsch kJ: 2114 kcal: 505KH: 20,0 BE: Fett: 20,9 ZS: 7,13a,16	Sunny-Surprise* Salat mit Pfirsich und Pute Dressing Nachtsch kJ: 1457 kcal: 348KH: 13,3 BE: Fett: 11,4 ZS: 7,13a,16,20	Linsensuppe* mit Wurzelgemüse 3 Sojabällchen Nachtsch kJ: 1516 kcal: 362KH: 22,0 BE: Fett: 12,6 ZS: 5,13a,19,20	Chili con carne mit Reis Nachtsch kJ: 1913 kcal: 457KH: 75,8 BE: Fett: 21,8 ZS: 5,7,13a,19,20	Gef. Paprikaschote Tomatensoße Butterreis Nachtsch kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 5,8 ZS: 7,13a,16
Do 01.03	Putenschnitzel* mit Broccoli Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2124 kcal: 507KH: 31,2 BE: Fett: 15,2 ZS: 7,13a	Gebr. Leber mit Röstzwiebeln und Püree Nachtsch kJ: 1998 kcal: 482KH: 43,4 BE: Fett: 13,7 ZS: 2,3,5,13a,16	Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat Nachtsch kJ: 2525 kcal: 603KH: 22,0 BE: Fett: 30,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Pfannkuchen natur* mit Erdbeerkompott Nachtsch kJ: 2074 kcal: 498KH: 49,4 BE: Fett: 18,2 ZS: 2,7,10,13a,16	Geflügelnuggets pan.* Buntes Gemüse Reis Nachtsch kJ: 2378 kcal: 568KH: 27,2 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,5,10,13a,19	Putenschnitzel Broccoli Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2250 kcal: 535KH: 22,4 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 10,13a
Fr 02.03	Alaska-Seelachs pan. mit Senfsoße Salat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1800 kcal: 430KH: 30,1 BE: Fett: 34,8 ZS: 7,10,12,13a,16,20	Schweine-Rollbraten mit Mischgemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2086 kcal: 494KH: 17,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 10,13a,19,20	Salatplatte* mit Hähnchenbrust Dressing Nachtsch kJ: 1348 kcal: 322KH: 22,8 BE: Fett: 12,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Gemüseröstling* mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2374 kcal: 498KH: 18,2 BE: Fett: 32,0 ZS: 10,13a,16,22	Rinder-Cevapcici* auf Djuvecreis Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 29,3 BE: Fett: 36,0 ZS: 5,10,13a,19,20	Fischfilet natur Salat und Salzkartoffeln Senfsoße Nachtsch kJ: 1637 kcal: 391KH: 22,7 BE: 3,0 Fett: 11,2 ZS: 10,12,13a,19,20
Sa 03.03	Weißkohl-Eintopf mit 2 Hackbällchen Nachtsch kJ: 1520 kcal: 363KH: 24,8 BE: Fett: 16,7 ZS: 10,13a,16,19,20	Rindergeschnetzeltes* Pariser Karotten und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2525 kcal: 603KH: 20,0 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,4,7,10,13a,16,19,20	Rollender Mittagstisch GmbH 0234-865268 0234-8907367 Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Weißkohl-Eintopf mit 2 Hackbällchen Nachtsch kJ: 1348 kcal: 322KH: 18,2 BE: 3,0 Fett: 11,5 ZS: 10,13a,16,19,20
So 04.03	Rinderschmorbraten* Kaisergemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1691 kcal: 404KH: 17,1 BE: Fett: 9,5 ZS: 13a,19,20	Schweinegulasch Brechbohnen und Püree Nachtsch kJ: 1809 kcal: 432KH: 36,0 BE: Fett: 11,8 ZS: 2,3,5,13a,16,19,20				Rinderschmorbraten* Kaisergemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1587 kcal: 379KH: 12,6 BE: 3,0 Fett: 7,2 ZS: 13a,19,20

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit hohem 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=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