

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 8 / 18.02.2019 - 24.02.2019

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 18.02	Deftiger Laucheintopf* mit Rinderhackfleisch-einlage Nachtisch kJ: 1792 kcal: 428KH: 26,0 BE: Fett: 26,5 ZS: 2,13a,16,20	Hähnchenragout* mit Gemüse und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1902 kcal: 455KH: 29,1 BE: Fett: 17,0 ZS: 1,7,13a,16	Salatplatte mit* Thunfisch Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	Grießbrei* mit heißen Kirschen Nachtisch kJ: 2125 kcal: 508KH: 87,2 BE: Fett: 22,9 ZS: 1,2,3,7,10,13a,16	Gegrilltes Putensteak* in Geflügelsoße Broccoli Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2458 kcal: 413KH: 15,0 BE: Fett: 15,3 ZS: 2,3,5,10,13a,16	Hähnchenragout* mit Gemüse und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1855 kcal: 440KH: 22,0 BE: 2,5 Fett: 16,6 ZS: 1,7,13a,16
Di 19.02	Zigeuner-Hackbraten mit Nudeln Chinakohl-Mais- Salat Nachtisch kJ: 2310 kcal: 565KH: 51,0 BE: Fett: 35,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Zwiebelrostbraten* mit Rosenkohl und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2407 kcal: 575KH: 16,2 BE: Fett: 26,4 ZS: 10,13a,16	Gemischter Salat* mit Putenstreifen Dressing Nachtisch kJ: 1189 kcal: 284KH: 8,3 BE: Fett: 4,3 ZS: 7,10,13a,16,20	Pilzpfanne in Rahm* mit Nudeln Nachtisch kJ: 2014 kcal: 481KH: 55,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 7,13a,16	Bolognese vom Rind* mit Nudeln Chinakohl-Mais-Salat Nachtisch kJ: 2160 kcal: 516KH: 58,7 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,13a,16	Zwiebelrostbraten* mit Rosenkohl und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1959 kcal: 468KH: 12,7 BE: 3,0 Fett: 21,3 ZS: 10,13a,16
Mi 20.02	Kohlroulade mit Püree und ein Zwiebel-Speck-Soße Nachtisch kJ: 2613 kcal: 624KH: 27,1 BE: Fett: 28,4 ZS: 23,,5,7,10,13a,20	Spießbraten auf Wirsinggemüse Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 1989 kcal: 475KH: 15,1 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,3,5,13a,16,20	Salatplatte mit* Mozarella Dressing Nachtisch kJ: 1373 kcal: 328KH: 6,6 BE: Fett: 26,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Ananas-Gemüse-Curry mit Reis Nachtisch kJ: 2339 kcal: 558KH: 62,0 BE: Fett: 21,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Hähnchenspieß Bombay mit Früchten und Reis Currysoße Nachtisch kJ: 2025 kcal: 484KH: 29,0 BE: Fett: 15,5 ZS: 2,5,7,13a	Spießbraten auf Wirsinggemüse und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 1863 kcal: 445KH: 12,2 BE: 2,5 Fett: 22,5 ZS: 2,3,5,13a,16,20
Do 21.02	Königsberger Klopse in Kaperntunke Rote-Beete-Salat und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2244 kcal: 536KH: 19,3 BE: Fett: 16,3 ZS: 7,10,13a,16	Pfefferrahmschnitzel mit Blumenkohl und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2068 kcal: 494KH: 29,8 BE: Fett: 41,2 ZS: 7,10,13a,16,20	Schweizer Wurstsalat 1 Brötchen Nachtisch kJ: 1760 kcal: 406KH: 52,0 BE: Fett: 11,6 ZS: 1,2,5,7,10,13a,16	Italienischer Auflauf* mit Nudeln und Gemüse und Käse überbacken Nachtisch kJ: 1857 kcal: 442KH: 26,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,5,10,13a,16,19,22,	Möhreneintopf* mit frischen Gartenkräutern und Geflügelbällchen Nachtisch kJ: 1791 kcal: 428KH: 36,0 BE: Fett: 14,5 ZS: 13a,16,19	Königsberger Klopse in Kaperntunke Rote-Beete-Salat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2089 kcal: 499KH: 15,8 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a,16
Fr 22.02	Alaska-Seelachsfilet*pan. mit Senfsoße gem. Salat und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1895 kcal: 439KH: 28,7 BE: Fett: 18,4 ZS: 7,10,12,13a,16,20	Rostbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2223 kcal: 531KH: 15,9 BE: Fett: 41,2 ZS: 2,3,5,6,10,13a,16,20	2 Frikadellen mit Nudelsalat Nachtisch kJ: 2420 kcal: 426KH: 25,0 BE: Fett: 20,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Veg. Bratwurst* mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2075 kcal: 497KH: 24,8 BE: 0,0 Fett: 18,4 ZS: 2,5,13a,16,20	Eieromelett* mit Möhren und Püree Nachtisch kJ: 1803 kcal: 430KH: 20,4 BE: Fett: 31,0 ZS: 2,3,5,10,13a,16	Alaska-Seelachs * Senfsoße gem. Salat und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1515 kcal: 362KH: 19,6 BE: 3,0 Fett: 10,6 ZS: 7,10,12,13a,16,20
Sa 23.02	Erbsensuppe* mit Geflügelbratwurst Nachtisch kJ: 1950 kcal: 588KH: 37,2 BE: Fett: 44,0 ZS: 1,10,6,13a,16	Schweinebraten mit Kaisergemüse und Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2085 kcal: 498KH: 24,0 BE: Fett: 21,4 ZS: 13a	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: 0234-8907367 Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Erbsensuppe* mit Geflügelbratwurst Nachtisch kJ: 1541 kcal: 368KH: 32,0 BE: 3,0 Fett: 25,0 ZS: 1,6,13a,19,20
So 24.02	Hähnchenbrustfilet* Broccoli Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1687 kcal: 403KH: 15,5 BE: Fett: 12,6 ZS: 5,13a,16	Sahne-Geschnetzeltes Buntes Gemüse Rösti Nachtisch kJ: 2625 kcal: 627KH: 20,2 BE: Fett: 18,4 ZS: 7,13a,16				Sahne-Geschnetzeltes Buntes Gemüse Rösti Nachtisch kJ: 2261 kcal: 540KH: 16,7 BE: 3,0 Fett: 12,6 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=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 / 25.02.2019 - 03.03.2019

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 25.02	Kräftiger Rindfleisch-* Suppentopf mit frischem Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1746 kcal: 417KH: 62,0 BE: Fett: 28,7 ZS: 13a,19	Schweineroulade mit Mischgemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2428 kcal: 580KH: 25,2 BE: Fett: 12,6 ZS: 13a,16,20	Salatplatte * mit Hähnchenspieß Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 11,6 BE: 0,0 Fett: 9,6 ZS: 7,13a,16,20	Apfelstrudel* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1930 kcal: 461KH: 43,6 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,10,13a,16	Bauernhackfleisch-T. mit Paprika, Tomaten Bohnen, Karotten Kartoffeln Nachtsch kJ: 2272 kcal: 542KH: 21,0 BE: Fett: 14,0 ZS: 13a,16	Schweineroulade mit Mischgemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1796 kcal: 429KH: 18,8 BE: 3,0 Fett: 8,2 ZS: 13a,16,20
Di 26.02	Hähnchenschnitzel* mit Pariser Karotten und Kartoffelpüree Nachtsch kJ: 2244 kcal: 536KH: 25,7 BE: Fett: 28,7 ZS: 13a	Rinderbraten* in Meerrettichsoße Rote-Beete-Salat und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2211 kcal: 528KH: 26,9 BE: Fett: 15,6 ZS: 7,13a,16,20	Schlemmersalat mit Schinken und Ei Dressing Nachtsch kJ: 1537 kcal: 367KH: 7,7 BE: Fett: 11,6 ZS: 1,2,,7,10,13a,16,20	Gemüsefrikadelle* mit Püree Nachtsch kJ: 2007 kcal: 475KH: 52,0 BE: Fett: 15,5 ZS: 2,5,7,10,13abcdef,16,19,22	Geflügel-Cevapcici* mit Balkangemüse und Püree Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 68,1 BE: Fett: 14,5 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20	Rinderbraten in Meerrettichsoße Rote-Beete-Salat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2131 kcal: 509KH: 25,9 BE: 3,0 Fett: 17,6 ZS: 7,13a,16,20
Mi 27.02	Rostbratwurst Rotkohl Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2318 kcal: 553KH: 17,4 BE: Fett: 38,2 ZS: 6,7,10,13a,16,20	Schweinrahmgulasch mit Champignons und Nudeln Bohnensalat Nachtsch kJ: 2433 kcal: 505KH: 49,4 BE: Fett: 25,4 ZS: 7,13a,16,20	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse Dressing Nachtsch kJ: 1143 kcal: 473KH: 11,2 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,7,13a,16,20	Gemüse-Kartoffel-Gratin* mit Käse überbacken Nachtsch kJ: 1867 kcal: 446KH: 51,0 BE: Fett: 32,5 ZS: 7,10,13a,16	Schweine-Cordon-bleu mit Erbsen und Reis Nachtsch kJ: 2638 kcal: 630KH: 45,3 BE: Fett: 28,6 ZS: 7,10,13a,16	Rostbratwurst Rotkohl Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1911 kcal: 456KH: 12,2 BE: 3,0 Fett: 22,4 ZS: 6,10,13a,16,20
Do 28.02	Fru. Hackfleisch Bolognese mit Nudeln und Schwalmtaler Salat Nachtsch kJ: 2160 kcal: 516KH: 58,7 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,13a,16	Hähnchenbrust * mit Rosenkohl und Püree Nachtsch kJ: 2208 kcal: 508KH: 25,5 BE: Fett: 14,3 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	Schwalmtaler Salat 1 Frikadelle Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 26,0 BE: Fett: 10,6 ZS: 2,5,7,13a,16,20	Veg. Paprikaschote* mit Reis und Tomatensoße Nachtsch kJ: 1851 kcal: 442KH: 27,9 BE: Fett: 9,4 ZS: 7,10,13a,16	Puten-Nürnberger* mit Möhren und Kartoffelpüree Nachtsch kJ: 2378 kcal: 568KH: 19,0 BE: Fett: 28,5 ZS: 2,3,5,13a,16,20	Hähnchenbrust mit Rosenkohl und Püree Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 18,9 BE: 3,0 Fett: 19,5 ZS: 2,3,5,10,13a,16,20
Fr 01.03	Heringsstipp* "Hausgemacht" Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1947 kcal: 465KH: 25,3 BE: Fett: 55,0 ZS: 2,7,10,12,13a,16,19,20	Schweinebraten mit buntem Gemüse und Püree Nachtsch kJ: 2208 kcal: 508KH: 25,5 BE: Fett: 25,3 ZS: 2,3,5,7,10,13,,16	Thunfisch-Reissalat* 1 Brötchen Nachtsch kJ: 1756 kcal: 420KH: 49,5 BE: Fett: 13,1 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Veg. Kohlroulade* Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2155 kcal: 450KH: 46,5 BE: Fett: 9,8 ZS: 7,10,13a,16,20	3 gek. Eier* mit Spinat und Püree Nachtsch kJ: 1846 kcal: 441KH: 19,3 BE: Fett: 13,2 ZS: 2,3,5,7,12,13a,16	Schweinebraten mit buntem Gemüse und Püree Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 17,8 BE: 3,0 Fett: 7,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20
Sa 02.03	Blumenkohl-* Rinderhack-Eintopf mit Kartoffeln Nachtsch kJ: 1792 kcal: 398KH: 28,0 BE: Fett: 18,3 ZS: 13a,16	Frikadelle mit Kohlrabi und Püree Nachtsch kJ: 2031 kcal: 485KH: 15,6 BE: Fett: 31,5 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: 0234-8907367 Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Blumenkohl-* Rinderhack-Eintopf mit Kartoffeln Nachtsch kJ: 1578 kcal: 377KH: 30,5 BE: 2,5 Fett: 16,4 ZS: 13a,16
So 03.03	Jägerschnitzel mit Brechbohnen Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2361 kcal: 564KH: 21,3 BE: Fett: 27,5 ZS: 10,13a,16,20	Rinderschmorbraten* mit Fingermöhren und Püree Nachtsch kJ: 1913 kcal: 458KH: 18,3 BE: Fett: 16,2 ZS: 1,2,3,5,13a,16				Jägerschnitzel mit Salzkartoffeln und Brechbohnen Nachtsch kJ: 1725 kcal: 412KH: 11,2 BE: 3,0 Fett: 22,5 ZS: 2,3,5,7,13a,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=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