

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 21 / 23.05.2022 - 29.05.2022

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 23.05	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtisch kJ: 2165 kcal: 517KH: 21,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,6,13a,20	Frikadelle mit Erbsen und Möhren dazu Püree Nachtisch kJ: 2228 kcal: 480KH: 25,2 BE: Fett: 22,3 ZS: 2,3,4,5,13a,16,20	Salatplatte mit* Thunfisch und Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	Ravioli mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 1472 kcal: 352KH: 53,6 BE: Fett: 22,9 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Milchreis* mit Zimt und Zucker Nachtisch kJ: 2138 kcal: 529KH: 87,5 BE: Fett: 15,3 ZS: 1,2,3,5,7,10,13a,16	Frikadelle mit Erbsen und Möhren und Püree Nachtisch kJ: 2206 kcal: 438KH: 21,8 BE: 2,5 Fett: 21,6 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16
Di 24.05	Putenbraten* in Rahmsoße mit Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 1892 kcal: 452KH: 55,4 BE: Fett: 19,4 ZS: 7,13a,16,	Schweinerahmgulasch mit Champignons und Nudeln Nachtisch kJ: 2433 kcal: 505KH: 49,4 BE: Fett: 25,4 ZS: 7,13a,16	Schlemmersalat mit Schinken und Ei und Dressing Nachtisch kJ: 1537 kcal: 367KH: 7,7 BE: Fett: 11,6 ZS: 1,2,5,7,13a,16,20	Pilzpfanne in Rahm* mit Nudeln Nachtisch kJ: 2014 kcal: 481KH: 55,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 7,13a,16	Pfannkuchen* fruchtig gefüllt mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1815 kcal: 435KH: 43,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,17	Putenbraten in Rahmsoße mit Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 1875 kcal: 442KH: 30,7 BE: 3,0 Fett: 16,3 ZS: 7,13a,16
Mi 25.05	Königsberger Klopse in Kaperntunke Rote-Beete-Salat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2244 kcal: 536KH: 23,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,10,13a,16,20	Spießbraten auf Wirsinggemüse Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2012 kcal: 475KH: 15,1 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,3,5,13a,16,20	Gemischter Salat mit Schafskäse und Dressing Nachtisch kJ: 1189 kcal: 284KH: 8,3 BE: Fett: 4,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Reibekuchen* mit Apfelmus Nachtisch kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 3,10,13a,16,17	Hähnchenbrust* Bombay mit Früchten Reis und Currysoße Nachtisch kJ: 2025 kcal: 484KH: 29,0 BE: Fett: 15,5 ZS: 2,5,7,13a	Königsberger Klopse in Kaperntunke Rote-Beete-Salat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2188 kcal: 523KH: 22,2 BE: 2,5 Fett: 22,5 ZS: 7,10,13a,16,20
Do 26.05	Sauerbraten* mit Rotkohl und Püree Nachtisch kJ: 2315 kcal: 538KH: 32,5 BE: Fett: 26,3 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Hähnchenkeule* mit Broccoli und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2068 kcal: 494KH: 29,8 BE: Fett: 41,2 ZS: 7,10,13a,16,20		Sellerieschnitzel* mit Soße und Püree Nachtisch kJ: 1975 kcal: 457KH: 22,8 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,3,5,10,7,13a,16,19,22,		Sauerbraten mit Rotkohl und Püree Nachtisch kJ: 2189 kcal: 491KH: 24,8 BE: 3,0 Fett: 22,1 ZS: 2,3,4,,7,10,13a,16
Fr 27.05	Pan. Fischfilet* mit Spinat und Püree Nachtisch kJ: 1897 kcal: 450KH: 48,7 BE: Fett: 19,4 ZS: 2,3,5,7,10,12,19,13a,16,20	Chili con carne mit Reis Nachtisch kJ: 1876 kcal: 448KH: 71,6 BE: Fett: 18,8 ZS: 13a,16,20	Bunter Salat mit Frikadelle Nachtisch kJ: 2420 kcal: 426KH: 26,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Möhreneintopf* mit frischen Gartenkräutern Nachtisch kJ: 1772 kcal: 422KH: 36,0 BE: 0,0 Fett: 18,4 ZS: 7,13a,16,19,22	Lasagne Bolognese (Rind)* mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2264 kcal: 505KH: 58,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 1,3,5,7,13a,16,20	Möhreneintopf* mit frischen Gartenkräutern Nachtisch kJ: 1765 kcal: 415KH: 29,6 BE: 3,0 Fett: 10,6 ZS: 7,13a,16,19
Sa 28.05	Rindfleischintopf* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1344 kcal: 312KH: 38,5 BE: Fett: 9,2 ZS: 13a,16,19	Schweinegeschnetzeltes Jäger-Art mit Spätzle Nachtisch kJ: 2220 kcal: 468KH: 27,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 7,13a,16,	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Rindfleischintopf* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1241 kcal: 308KH: 32,0 BE: 3,0 Fett: 9,0 ZS: 13a,19,20
So 29.05	Putengulasch* mit Rotkohl Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 1787 kcal: 412KH: 25,5 BE: Fett: 20,6 ZS: 2,7,13a,16	Schweine-Cordon-Bleu mit Mischgemüse und Püree Nachtisch kJ: 2525 kcal: 527KH: 23,2 BE: Fett: 28,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a,10,16				Putengulasch mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1777 kcal: 410KH: 22,7 BE: 3,0 Fett: 12,6 ZS: 2,7,13a,16

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

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 22 / 30.05.2022 - 05.06.2022

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 30.05	Graupensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1800 kcal: 430KH: 29,8 BE: Fett: 18,6 ZS: 6,13a,19	Ung. Rindergulasch* mit Paprika und Nudeln Nachtsch kJ: 2048 kcal: 491KH: 28,0 BE: Fett: 22,3 ZS: 5,13a,16,20	Salatplatte * mit Hähnchenspieß Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 11,6 BE: 0,0 Fett: 9,6 ZS: 7,13a,16,20	Veg. Röstling mit Soße und Püree Nachtsch kJ: 1930 kcal: 461KH: 18,3 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,10,13a,16	Spaghetti * mit Tomatensoße Nachtsch kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	Ung. Rindergulasch* mit Paprika und Nudeln Nachtsch kJ: 2044 kcal: 479KH: 22,8 BE: 3,0 Fett: 20,2 ZS: 5,13a,16,20
Di 31.05	Kohlroulade mit Specksoße und Püree Nachtsch kJ: 2479 kcal: 592KH: 18,9 BE: Fett: 29,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Kassler mit Sauerkraut und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2208 kcal: 503KH: 26,2 BE: Fett: 25,4 ZS: 2,3,4,5,7,13a,16,20	Salatplatte* mit Nuggets dazu Dressing Nachtsch kJ: 1373 kcal: 328KH: 6,6 BE: Fett: 26,3 ZS: 1,2,7,10,13a,16,200	3 gek. Eier* mit Spinat und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1830 kcal: 431KH: 22,5 BE: Fett: 19,5 ZS: 5,10,13a,16	Apfelstrudel* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1930 kcal: 461KH: 18,5 BE: Fett: 19,5 ZS: 7,10,13a,16	Gek. Eier mit Spinat und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1870 kcal: 420KH: 19,7 BE: 3,0 Fett: 18,3 ZS: 5,10,13a,16
Mi 01.06	Rostbratwurst mit herzhafter Soße Rotkohl und Spätzle Nachtsch kJ: 2318 kcal: 553KH: 17,4 BE: Fett: 38,2 ZS: 6,7,10,13a,16,20	Gekochtes Rindfleisch* in Meerrettichsoße Salzkartoffeln Rote-Beete-Salat Nachtsch kJ: 2211 kcal: 528KH: 26,9 BE: Fett: 15,6 ZS: 7,10,13a,16,20	Bunter Salat* mit Hähnchenbrust und Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 18,0 BE: Fett: 9,8 ZS: 7,10,13a,16,20	Bunter Gemüseeintopf* Nachtsch kJ: 365 kcal: 1530KH: 12,2 BE: Fett: 12,8 ZS: 7,10,13a,16,20	Gemüse-Kartoffel-Auflauf mit Schinkenstreifen Nachtsch kJ: 2064 kcal: 495KH: 38,8 BE: Fett: 28,8 ZS: 1,3,5,10,13a,19	Gekochtes Rindfleisch mit Meerrettichsoße Salzkartoffeln Rote-Beete-Salat Nachtsch kJ: 2185 kcal: 486KH: 25,2 BE: 3,0 Fett: 22,4 ZS: 6,10,13a,16,20
Do 02.06	Fru. Hackfleisch Bolognese mit Nudeln und Schwalmtaler Salat Nachtsch kJ: 2160 kcal: 516KH: 58,7 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,13a,16	Hühnerfricassee * mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtsch kJ: 1892 kcal: 452KH: 35,4 BE: Fett: 19,4 ZS: 7,10,13a,16,20	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse dazu Dressing Nachtsch kJ: 1243 kcal: 473KH: 11,2 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Veg. Bolognese* mit Nudeln und Salat Nachtsch kJ: 1876 kcal: 448KH: 51,0 BE: Fett: 32,5 ZS: 7,10,13a,16,17,22	Bifteki mit Reis und Tomatensoße Nachtsch kJ: 1908 kcal: 456KH: 34,0 BE: Fett: 25,2 ZS: 1,3,5,13a,16.	Hühnerfricassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 31,9 BE: 3,0 Fett: 19,5 ZS: 7,10,13a,16,20
Fr 03.06	Pan. Schollenfilet* mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat Nachtsch kJ: 1987 kcal: 465KH: 56,7 BE: Fett: 15,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19,20	Zwiebel-Senf-Braten v. Schwein mit Blumenkohl und Kartoffelklößen Nachtsch kJ: 2208 kcal: 508KH: 25,5 BE: Fett: 25,3 ZS: 2,3,5,7,10,13,16,20	Schwalmtaler Salat 1 Frikadelle und Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 426KH: 21,0 BE: Fett: 16,3 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Gemüsefrikadelle* mit Röstzwiebelpüree und Käsesoße Nachtsch kJ: 2007 kcal: 475KH: 52,0 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19,20,22	Bauernhackfleischtopf mit Paprika, Tomaten Bohnen, Karotten Kartoffeln Nachtsch kJ: 2272 kcal: 542KH: 21,0 BE: Fett: 16,8 ZS: 13a, 16	Zwiebel-Senf-Braten v. Schwein mit Blumenkohl Kartoffelklöße Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 17,8 BE: 3,0 Fett: 7,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20
Sa 04.06	Blumenkohl-Eintopf* mit Rinderhackfleisch- Einlage Nachtsch kJ: 1792 kcal: 398KH: 28,5 BE: Fett: 18,3 ZS: 13a,16	Frikadelle mit Rahmwirsing 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: Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Blumenkohl-Eintopf mit Rinderhackfleisch- Einlage Nachtsch kJ: 1678 kcal: 377KH: 27,5 BE: 2,5 Fett: 16,4 ZS: 13a,16
So 05.06	Jägerschnitzel mit Buntem Gemüse Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2361 kcal: 564KH: 21,3 BE: Fett: 27,5 ZS: 10,13a,16,20	Rinderschmorbraten* mit Rotkohl und Püree Nachtsch kJ: 1913 kcal: 458KH: 21,3 BE: Fett: 16,2 ZS: 1,2,3,5,13a,16				Rinderschmorbraten mit Rotkohl und Püree Nachtsch kJ: 1875 kcal: 442KH: 19,3 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 hohem Fett- und Kaloriengehalt sind fettarm. 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