

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 35 / 29.08.2022 - 04.09.2022

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 29.08	Linsensuppe Bockwurst (Schwein) Nachtisch kJ: 1784 kcal: 426KH: 25,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 1,6,13a,16,20	Putengeschnetzeltes* Stroganoff Pariser Karotten und Nudeln Nachtisch kJ: 2127 kcal: 508KH: 32,0 BE: Fett: 34,0 ZS: 2,7,10,13a,16	Salatplatte* mit Hähnchenbrust und Dressing Nachtisch kJ: 2010 kcal: 480KH: 18,0 BE: Fett: 11,5 ZS: 1,2,7,10,13,16,	Nudeln mit* Spinat-Käsesoße Nachtisch kJ: 1361 kcal: 325KH: 49,0 BE: Fett: 10,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16	Gefüllte Pfannkuchen* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1815 kcal: 435KH: 43,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,	Putengeschnetzeltes* Stroganoff Pariser Karotten mit Nudeln Nachtisch kJ: 2035 kcal: 486KH: 27,0 BE: 3,0 Fett: 41,0 ZS: 7,13a,16,
Di 30.08	Hacksteak (Rind) in* Pfefferrahmsoe Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1964 kcal: 469KH: 25,0 BE: Fett: 17,9 ZS: 2,3,5,6,10,13a,,20	Hähnchen "süß-sauer" mit Paprika, Karotten und Ananas dazu Reis Nachtisch kJ: 2608 kcal: 623KH: 68,5 BE: Fett: 20,2 ZS: 2,3,5,7,13a,16	Geflügelsalat* 1 Brötchen Nachtisch kJ: 1321 kcal: 312KH: 7,8 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,7,10,,13a, 16,20	Vegetarischer Rostling* mit Kartoffeln und Soße Nachtisch kJ: 1321 kcal: 312KH: 7,8 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,7,10,13a,16,19,22	Geflügelbällchen* mit Nudeln und Tomatensoße Nachtisch kJ: 2317 kcal: 670KH: 39,0 BE: Fett: 15,9 ZS: 2,3,10,13a,16	Hacksteak (Rind) in* Pfefferrahmsoe Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1778 kcal: 426KH: 21,0 BE: 3,0 Fett: 15,0 ZS: 1,7,10,13a,16,200
Mi 31.08	Putenbraten* mit Erbsen und Möhren Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2767 kcal: 522KH: 27,5 BE: Fett: 32,2 ZS: 6,13a,16,	Gep. Eisbein mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2584 kcal: 563KH: 48,8 BE: Fett: 35,0 ZS: 2,3,6,7,13a,16	Salatplatte mit Käsestreifen und Dressing Nachtisch kJ: 1418 kcal: 298KH: 8,5 BE: Fett: 9,5 ZS: 1,2,7,10,13a,16,20	Vegetarische Nuggets* mit Nudeln und Tomatensoße Nachtisch kJ: 2092 kcal: 462KH: 69,0 BE: Fett: 19,8 ZS: 1,2,7,10,13a,16,19,22	Bunter Nudelauflauf mit Schinken Nachtisch kJ: 2365 kcal: 565KH: 58,8 BE: Fett: 34,0 ZS: 1,3,5,7,13a,16,20	Putenbraten* mit Erbsen und Möhren und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2554 kcal: 533KH: 22,5 BE: 3,0 Fett: 27,0 ZS: 6,13a,16,
Do 01.09	Szegediner Gulasch mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 2325 kcal: 522KH: 32,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 13a,16,20	Frikadelle mit Rotkohl und Püree Nachtisch kJ: 2525 kcal: 528KH: 33,5 BE: Fett: 36,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a	Gem. Salat mit Hahnchenspie und Dressing Nachtisch kJ: 1964 kcal: 479KH: 14,1 BE: Fett: 23,5 ZS: 1,2,7,10,13a,16,20	Eintopf v. Grünen Bohnen* mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 1188 kcal: 284KH: 24,0 BE: Fett: 16,0 ZS: 2, 4,13a,20	Kaiserschmarrn* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1983 kcal: 495KH: 39,0 BE: Fett: 32,8 ZS: 1,2,10,13a,16	Eintopf von Grünen Bohnen mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 1172 kcal: 268KH: 22,0 BE: 3,0 Fett: 26,0 ZS: 2,4,13a,20
Fr 02.09	Fischfilet "natur" * mit Gemüse-Rahmsoße und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2451 kcal: 602KH: 35,2 BE: Fett: 27,1 ZS: 2,7,10,12,13a,16,20	Rindergulasch* mit Bohnen und Püree Nachtisch kJ: 2085 kcal: 498KH: 48,0 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Schnitzel mit Nudelsalat Nachtisch kJ: 2692 kcal: 612KH: 49,5 BE: Fett: 35,4 ZS: 2,7,10,13a,16	Gemüsefrikadelle* mit Püree und Soße Nachtisch kJ: 2096 kcal: 482KH: 32,0 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,	Penne "Florentiner-Art" mit Hähnchen in Spinat-Sahnesoße Nachtisch kJ: 1950 kcal: 754KH: 59,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 1,2,3,7,13a,16	Rindergulasch* mit Bohnen und Püree Nachtisch kJ: 2044 kcal: 475KH: 31,0 BE: 3,0 Fett: 17,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16
Sa 03.09	Rheinische Kartoffelsuppe* mit Geflugelbockwurst Nachtisch kJ: 1331 kcal: 318KH: 37,3 BE: Fett: 12,5 ZS: 1,4,5,10,13a,16	Mettwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2244 kcal: 522KH: 39,3 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,3,5,6,13a,16	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Rheinische* Kartoffelsuppe mit Geflugelbockwurst Nachtisch kJ: 1507 kcal: 360KH: 37,3 BE: 3,5 Fett: 8,4 ZS: 1,4,5,10,13a,16
So 04.09	Hähnchenschnitzel* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2120 kcal: 482KH: 34,8 BE: Fett: 26,2 ZS: 13a,16	Schweinesteak mit Leipziger Allerlei und Püree Nachtisch kJ: 2068 kcal: 494KH: 28,1 BE: Fett: 22,2 ZS: 2,3,4,7,13a,16				Schweinesteak mit Leipziger Allerlei und Püree Nachtisch kJ: 2048 kcal: 477KH: 22,3 BE: 3,0 Fett: 20,1 ZS: ,13a,16

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit höherem 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=Pekon, 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 36 / 05.09.2022 - 11.09.2022

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 05.09	Sauerkraut-Eintopf mit Frikadelle Nachtisch kJ: 2034 kcal: 486KH: 33,8 BE: Fett: 18,4 ZS: 10,13a,16	Schweinegeschnetzeltes mit Rosenkohl und Püree Nachtisch kJ: 2230 kcal: 478KH: 28,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Bunter Salat* mit Thunfisch und Dressing Nachtisch kJ: 1980 kcal: 473KH: 19,0 BE: Fett: 12,4 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	Gemüseschnitzel* mit Nudeln und Soße Nachtisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 13,4 ZS: 13a	Apfelstrudel* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1930 kcal: 461KH: 38,0 BE: Fett: 13,6 ZS: 2,3,10,13,16a	Sauerkraut- Eintopf mit Frikadelle Nachtisch kJ: 1998 kcal: 466KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 16,4 ZS: 10,13a,16
Di 06.09	Hühnerfricassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtisch kJ: 1892 kcal: 452KH: 65,4 BE: Fett: 28,9 ZS: 7,13a,16	Herzhafte Bratwurst mit Leipziger Allerlei und Stampfkartoffeln Nachtisch kJ: 2144 kcal: 512KH: 28,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,5,6,13a,16	Salatplatte mit Hähnchenschnitzel und Dressing Nachtisch kJ: 1558 kcal: 418KH: 12,4 BE: Fett: 19,4 ZS: 2,7,10,12,13a,16,19,20	Frühlingsrolle* mit Gemüsefüllung und Reis Nachtisch kJ: 2001 kcal: 478KH: 31,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,7,13a,16,19	Cevapcici*v. Rind mit Tomatensoße und Reis Nachtisch kJ: 2015 kcal: 480KH: 21,6 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Hühnerfricassee mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtisch kJ: 1859 kcal: 438KH: 42,7 BE: 3,0 Fett: 22,0 ZS: 7,13a,16
Mi 07.09	Pfefferrahmbraten v. Schwein mit Karotten-Rustica und Püree Nachtisch kJ: 2582 kcal: 565KH: 27,8 BE: Fett: 28,4 ZS: 2,3,4,13a,16,17,20	Hähnchenschnitzel* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2315 kcal: 505KH: 32,9 BE: Fett: 15,6 ZS: 13a,16,10	Bunter Salat mit Hähnchennuggets dazu Dressing Nachtisch kJ: 1458 kcal: 388KH: 18,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Veg. Kartoffelsuppe* 1 Brötchen Nachtisch kJ: 1511 kcal: 361KH: 3,8 BE: Fett: 8,4 ZS: 13a,16,19	Kartoffelgratin mit Hackfleisch und Käse überbacken Nachtisch kJ: 2226 kcal: 531KH: 31,6 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,13a,16	Pfefferrahmbraten mit Karotten-Rustica und Püree Nachtisch kJ: 2328 kcal: 524KH: 22,6 BE: 3,0 Fett: 25,7 ZS: 2,3,4,6,13a,16,17,20
Do 08.09	Hähnchenbrust* auf Zucchini mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 2310 kcal: 498KH: 28,2 BE: Fett: 23,2 ZS: 13a,16	Schweinegulasch "Förster-Art" mit Erbsen und Püree Nachtisch kJ: 2245 kcal: 520KH: 31,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,3,5,6,10,13a,16	Gemischter Salat mit Putenstreifen und Dressing Nachtisch kJ: 1332 kcal: 32KH: 16,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,10,13a,16,20	Senf-Eier* mit Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 1340 kcal: 320KH: 27,6 BE: Fett: 15,4 ZS: 7,10,13a,16,20	Reibekuchen* mit Apfelmus Nachtisch kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 10,6 ZS: 2,3,10,13a,16	Hähnchenbrust* auf Zucchini mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 2220 kcal: 485KH: 22,7 BE: 3,0 Fett: 20,0 ZS: 13a,16
Fr 09.09	Pan. Seelachsfilet mit * Rahmspinat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1946 kcal: 451KH: 28,7 BE: Fett: 10,2 ZS: 10,12,13a,16,20	Nürnberger Würstchen auf Sauerkraut mit Püree Nachtisch kJ: 2285 kcal: 498KH: 26,2 BE: Fett: 29,4 ZS: 2,3,4,5,6,13a,16	2 Frikadellen mit Kartoffelsalat Nachtisch kJ: 2635 kcal: 613KH: 25,8 BE: Fett: 32,4 ZS: 1,2,3,7,10,13a,16,20	Spaghetti* mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 38,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 13a,16,	Hähnchencurry* mit Reis Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 27,0 ZS: 2,5,7,13a,16	Seelachsfilet* Rahmspinat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1637 kcal: 391KH: 25,7 BE: 3,0 Fett: 7,6 ZS: 10,12,13a,16,20
Sa 10.09	Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln und Hackfleisch Nachtisch kJ: 836 kcal: 200KH: 34,4 BE: Fett: 8,0 ZS: 13a,19,20,22	Putengeschnetzeltes* mit Mischgemüse und Püree Nachtisch kJ: 1691 kcal: 404KH: 17,8 BE: Fett: 10,6 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,17,20	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln und Hackfleisch Nachtisch kJ: 826 kcal: 198KH: 32,8 BE: 3,0 Fett: 8,0 ZS: 13a,16,17,20
So 11.09	Rinderbraten* mit Rotkohl Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2685 kcal: 625KH: 26,8 BE: Fett: 22,3 ZS: 6,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Püree Pariser Karotten Nachtisch kJ: 2120 kcal: 482KH: 34,8 BE: Fett: 33,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20				Rinderbraten* mit Rotkohl Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2558 kcal: 587KH: 22,8 BE: 3,0 Fett: 20,2 ZS: 6,13a,16

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