

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 14 / 30.03.2020 - 05.04.2020

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 30.03	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1965 kcal: 588KH: 37,2 BE: Fett: 44,0 ZS: 1,10,13a,16,19,20	Schweineschnitzel in Champignonsoße und Bratkartoffeln Nachtsch kJ: 2298 kcal: 535KH: 29,9 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Salatplatte* mit Thunfisch Dressing Nachtsch kJ: 2175 kcal: 519KH: 6,4 BE: Fett: 10,0 ZS: 7,10,12,13a,16	Veg. Paprikaschote* mit Tomatensoße und Reis Nachtsch kJ: 1851 kcal: 442KH: 29,0 BE: Fett: 11,0 ZS: 5,10,13,16,19,20,21,22,13a,16	Putengeschnetzeltes* mit Mais dazu Reis Nachtsch kJ: 1340 kcal: 320KH: 38,2 BE: Fett: 20,7 ZS: 5,7,13a,16	Schweineschnitzel in Champignonsoße und Bratkartoffeln Nachtsch kJ: 2278 kcal: 498KH: 25,6 BE: 3,5 Fett: 17,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20
Di 31.03	Schweineroulade mit Burgundersoße Buntes Gemüse und Püree Nachtsch kJ: 2428 kcal: 580KH: 25,2 BE: Fett: 13,8 ZS: 2,3,5,13a,16,20	Hähnchenschnitzel* mit Rahmsoße Buntes Gemüse 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	Kartoffeltasche* mit Käsesoße und Salat Nachtsch kJ: 1724 kcal: 413KH: 33,0 BE: Fett: 26,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19	Milchreis* mit Roter Grütze Nachtsch kJ: 1948 kcal: 458KH: 38,3 BE: Fett: 20,3 ZS: 2,7,10,13,16,19,22	Hähnchenschnitzel* Buntes Gemüse und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1989 kcal: 475KH: 19,4 BE: 3,0 Fett: 10,0 ZS: 10,13a,16
Mi 01.04	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	Gemüsefrikadelle* mit Zwiebel-Kräutersoße und Püree Nachtsch kJ: 1743 kcal: 385KH: 65,0 BE: Fett: 30,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19	Makkaroni-Auflauf* mit Käse überbacken Nachtsch kJ: 2278 kcal: 498KH: 59,7 BE: Fett: 16,0 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 02.04	Putenbraten* mit Kohlrabigemüse und Püree Nachtsch kJ: 2028 kcal: 459KH: 22,5 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,3,5,10,13,16,	Rindergulasch* mit Nudeln und Krautsalat Nachtsch kJ: 2048 kcal: 491KH: 25,9 BE: Fett: 14,3 ZS: 5,,13a,16,20	Hirtensalat mit Hackbällchen Schafskäse Dressing Nachtsch kJ: 1143 kcal: 473KH: 11,1 BE: Fett: 11,5 ZS: 7,13a,,16,20	Hirse-Käse-Taler* auf Tomatensoße und Nudeln Nachtsch kJ: 1948 kcal: 438KH: 46,6 BE: Fett: 16,7 ZS: 2,5,7,10,13a,16,19,22	Hähnchenbrust* mit Lauchzwiebelsoße und Püree Nachtsch kJ: 2278 kcal: 478KH: 25,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,3,7,10,13a,16	Rindergulasch* mit Nudeln und Krautsalat Nachtsch kJ: 2028 kcal: 478KH: 20,9 BE: 3,0 Fett: 17,8 ZS: 5,13a,16,20
Fr 03.04	Fischpfanne* mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1987 kcal: 465KH: 26,7 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,5,7,12,13a,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	Schweineschnitzel mit Kartoffelsalat Nachtsch kJ: 2525 kcal: 603KH: 22,8 BE: Fett: 30,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Canneloni* mit Gemüsefüllung und Käsesoße Nachtsch kJ: 2110 kcal: 503KH: 65,0 BE: Fett: 26,2 ZS: 2,5,10,13a,16	Geflügel-Cevapcici* auf Djuvecreis mit Tomatensoße Nachtsch kJ: 2010 kcal: 480KH: 29,3 BE: Fett: 26,2 ZS: 5,10,13a,16,19,20	Fischpfanne mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1927 kcal: 455KH: 24,0 BE: 3,0 Fett: 7,0 ZS: 2,5,7,12,13a,16,19
Sa 04.04	Bunter Gemüsetopf mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1985 kcal: 421KH: 24,0 BE: Fett: 22,0 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 Telefon: 0234-865268 Telefax: 0234-8907367 Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Bunter Gemüsetopf mit Bockwurst Nachtsch kJ: 1426 kcal: 348KH: 25,0 BE: 2,0 Fett: 18,0 ZS: 6,13a,16,20
So 05.04	Kaninchenfilet* Leipziger Allerlei Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2652 kcal: 522KH: 22,8 BE: Fett: 20,5 ZS: 13a,16	Zwiebelgulasch* vom Schwein mit buntem Gemüse und Püree Nachtsch kJ: 2480 kcal: 535KH: 24,0 BE: Fett: 17,0 ZS: 2,3,210,13a,16				Kaninchenfilet Leipziger Allerlei Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2450 kcal: 430KH: 18,5 BE: 2,5 Fett: 15,6 ZS: 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 15 / 06.04.2020 - 12.04.2020

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 06.04	Serbische Bohnensuppe mit Mettwurst Nachtsch kJ: 2462 kcal: 588KH: 37,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 12,3,5,13a,16,19,20	Wirsingroulade gefüllt mit Hack und Feta dazu Reis und Tomatensoße Nachtsch kJ: 2570 kcal: 620KH: 32,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,3,10,13a,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 Gemüσε* mit Reis Tomatensoße Nachtsch kJ: 1814 kcal: 434KH: 62,8 BE: Fett: 7,2 ZS: 5,7,13a,16	Hahnhenschnitzel* mit fruchtiger Currysoße und Reis Nachtsch kJ: 1985 kcal: 489KH: 29,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,7,10,13a,16	Wirsingroulade gef. mit Hack und Feta dazu Reis und Tomatensoße Nachtsch kJ: 2350 kcal: 557KH: 26,5 BE: 3,0 Fett: 26,2 ZS: 2,3,10,13a,16
Di 07.04	Hahnhenschnitzel* mit Gartengemüσε und Püree Nachtsch kJ: 2147 kcal: 513KH: 37,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,	Rüherei mit gek. Schinken und Spinat Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1800 kcal: 430KH: 25,4 BE: Fett: 22,0 ZS: 1,2,10,13a,16,20	Fitnesssteller* mit Schafskese Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 291KH: 7,9 BE: Fett: 5,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16, 20	Gemüσε-Knusper-Ringe* auf Kese-Kräutersoße und Püree Nachtsch kJ: 2190 kcal: 537KH: 53,6 BE: Fett: 9,6 ZS: 2,3,5,7,10,13,19,21,22,16	Quarkkeulchen* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 27,4 ZS: 2,7,13a,16	Rüherei 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 08.04	Gefüllte Paprikaschote Tomatensoße Butterreis Nachtsch kJ: 2089 kcal: 499KH: 32,9 BE: Fett: 7,2 ZS: 7,13a,16	Zigeunerschnitzel mit Nudeln Karottensalat Nachtsch kJ: 2314 kcal: 505KH: 30,0 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 Wurzelgemüσε und Kartoffeln 1 Brötchen Nachtsch kJ: 1916 kcal: 408KH: 29,0 BE: Fett: 12,6 ZS: 5,13a,16,19,20	Ravioli-Auflauf mit Kese übebacken Nachtsch kJ: 2264 kcal: 505KH: 58,8 BE: Fett: 28,8 ZS: 1,3,5,7,13a,19,20	Gef. Paprikaschote Tomatensoße Butterreis Nachtsch kJ: 1909 kcal: 465KH: 24,6 BE: 3,0 Fett: 5,8 ZS: 7,10,13a,16
Do 09.04	Hahnenbrust* mit Ratatouillegemüσε und Nudeln Nachtsch kJ: 2124 kcal: 498KH: 30,2 BE: Fett: 13,2 ZS: 7,13a	Schaschlik- Schweinegeschnetzeltes mit Nudeln und Krautsalat Nachtsch kJ: 2608 kcal: 641KH: 70,0 BE: Fett: 19,2 ZS: 2,3,,5,7,13a,16,20	Salatplatte* mit Hahhenschpieß und Dressing Nachtsch kJ: 1348 kcal: 322KH: 22,8 BE: Fett: 12,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Möhren-Kürbiskern-Rösti* mit Ratatouillegemüσε und Nudeln Nachtsch kJ: 2125 kcal: 527KH: 49,4 BE: Fett: 18,2 ZS: 2,7,10,13a,16,19,21,22	Hahnenfrikadelle* mit Kohlrabi in Rahm und Zwiebelpüree Nachtsch kJ: 2378 kcal: 568KH: 27,2 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,5,10,13a,19	Hahnenbrust* mit Ratatouillegemüσε und Nudeln Nachtsch kJ: 2020 kcal: 488KH: 24,4 BE: 3,0 Fett: 12,1 ZS: 7,10,13a
Fr 10.04	Alaska-Seelachsfilet pan. mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat Nachtsch kJ: 1887 kcal: 451KH: 57,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 10,12,13a,14,16,19,20,23	Schweine-Cordon-bleu mit Rahmsoße Mischgemüσε Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2196 kcal: 514KH: 28,1 BE: Fett: 25,7 ZS: 2,10,13a,19,20		Gemüσεröstling* mit Tomaten-Kräutersoße und Nudeln Nachtsch kJ: 2290 kcal: 547KH: 69,5 BE: Fett: 42,7 ZS: 10,13a,14,16,23		Seelachsfilet mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat Nachtsch kJ: 2095 kcal: 550KH: 65,0 BE: 3,0 Fett: 11,2 ZS: 13a,10,12,14,16,19,20,23
Sa 11.04	Weißkohl-Eintopf mit 3 Hackbällchen Nachtsch kJ: 1538 kcal: 373KH: 26,8 BE: Fett: 19,7 ZS: 10,13a,16,19,20	Nürnberger Bratwurst* auf Sauerkraut und Püree Nachtsch kJ: 2898 kcal: 520KH: 48,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	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			Weißkohl-Eintopf mit 3 Hackbällchen Nachtsch kJ: 1358 kcal: 329KH: 24,2 BE: 3,0 Fett: 16,5 ZS: 10,13a,16,19,20
So 12.04	Rinderroulade* mit Bratensoße und Rotkohl Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2691 kcal: 404KH: 17,1 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,13a,19,20	Schweinegulasch Buntes Gemüσε und Püree Nachtsch kJ: 1809 kcal: 432KH: 36,0 BE: Fett: 11,8 ZS: 2,3,5,13a,16, 19,20				Rinderroulade* Buntes Gemüσε Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 2287 kcal: 389KH: 15,6 BE: 3,0 Fett: 7,2 ZS: 2,13a,19,20

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit hohertem Salz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Rohwertangaben 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=Pekkan, 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