

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 13 / 23.03.2026 - 29.03.2026

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 23.03	Graupensuppe mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2080 kcal: 497KH: 29,5 BE: Fett: 34,2 ZS: 6,13a,19	Hacksteak in Pfefferrahmsauce dazu Erbsen und Spätzle Nachtisch kJ: 1987 kcal: 475KH: 52,2 BE: Fett: 19,3 ZS: 5,10,13a,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	Chili con carne mit Reis Nachtisch kJ: 1824 kcal: 436KH: 62,5 BE: Fett: 15,3 ZS: 13a,16,19	Graupensuppe mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2040 kcal: 488KH: 25,8 BE: 2,5 Fett: 30,3 ZS: 6,13a,16
Di 24.03	Hähnchenkeule* in Estragonsoße mit Buntem Gemüse und Kartoffeln 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 gebr. Hähnchenstreifen und Caesar-Dressing Nachtisch kJ: 1537 kcal: 367KH: 10,7 BE: Fett: 18,6 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: 2,3,5,7,13a,16	Milchreis * mit Zimt und Zucker Nachtisch kJ: 2138 kcal: 529KH: 82,5 BE: Fett: 18,0 ZS: 1,2,3,5,7,13a,16,19,	Hähnchenkeule* in Estragonsoße mit Buntem Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1875 kcal: 442KH: 30,7 BE: 3,0 Fett: 16,3 ZS: 7,13a,16
Mi 25.03	Königsberger Klopse in Kapertunke Rote-Beete-Salat Salzkartoffeln Nachtisch kJ: 2244 kcal: 536KH: 23,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 7,1013a,16,20	Nürnberger Würstchen mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2298 kcal: 521KH: 25,9 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,3,45,6,7,10,13a,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	Senf-Eier* mit Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 1340 kcal: 320KH: 27,6 BE: Fett: 15,4 ZS: 7,10,13a,16,20	Thunfischauflauf* mit Käse überbacken Nachtisch kJ: 2192 kcal: 524KH: 66,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 7,10,12,13a,16,19	Senf-Eier mit Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 1299 kcal: 315KH: 22,2 BE: 2,5 Fett: 14,5 ZS: 2,5,7,10,12,13a,16,20
Do 26.03	Spießbraten auf Wirsinggemüse Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2012 kcal: 475KH: 15,9 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	Hackbraten mit Broccoli und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2068 kcal: 494KH: 29,8 BE: Fett: 41,2 ZS: 7,10,13a,16,20	Schweizer Wurstsalat 1 Brötchen Nachtisch kJ: 1373 kcal: 328KH: 8,6 BE: Fett: 26,3 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16	Kartoffel-Käse-Lauch-* Paprika-Suppe Nachtisch kJ: 2340 kcal: 560KH: 24,8 BE: Fett: 18,4 ZS: 2,3,7,13a,16,19,	Hähnchengeschnetzel.* in Pfefferrahmsauce mit Champignons dazu Spätzle Nachtisch kJ: 2678 kcal: 640KH: 31,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 1,5,7,10,13a,16,19	Hackbraten mit Broccoli und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2048 kcal: 489KH: 24,8 BE: 3,0 Fett: 25,1 ZS: 7,10,13a,16,20
Fr 27.03	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße Salat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1987 kcal: 475KH: 41,7 BE: Fett: 25,0 ZS: 1,5,7,12,13a,16,20	Geflügelschasklikpfanne* mit Paprika und Zwiebeln dazu Nudeln Nachtisch kJ: 2228 kcal: 532KH: 60,8 BE: Fett: 16,4 ZS: 7,13a,16,20	Bunter Salat mit Frikadelle und Dressing Nachtisch kJ: 1915 kcal: 458KH: 19,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 1,2,7,10,13a,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	Kaiserschmarrn mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 2596 kcal: 567KH: 87,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 1,7,10,13a,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 28.03	Linsensuppe mit Mettwurst Nachtisch kJ: 892 kcal: 213KH: 12,9 BE: Fett: 22,0 ZS: 6,13a,16,19	Hähnchenschnitzel* mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2642 kcal: 680KH: 32,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 10,13a,16,	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Hähnchenschnitzel* mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2533 kcal: 605KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 22,8 ZS: 5,7,10,13a,16,19,
So 29.03	Frikadelle mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2415 kcal: 577KH: 52,5 BE: Fett: 26,5 ZS: 6,10,,13a,16,20	Geflügelgulasch* mit Möhrengemüse und Nudeln Nachtisch kJ: 1809 kcal: 432KH: 34,5 BE: Fett: 22,8 ZS: 13a,16				Geflügelgulasch* mit Möhrengemüse und Nudeln Nachtisch kJ: 2210 kcal: 528KH: 29,6 BE: 3,0 Fett: 20,6 ZS: 7,13a,16

Frische Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit Jodiertem 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=Pekana, 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 14 / 30.03.2026 - 05.04.2026

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 30.03	Grünkohl-Eintopf mit Mettwurst Nachtsch kJ: 2228 kcal: 532KH: 28,0 BE: Fett: 38,5 ZS: 6,7,13a,16,19,2013a,19	Gebr. Hähnchenbrust* in Paprikasahnesoße mit Erbsen und Nudeln Nachtsch kJ: 2069 kcal: 495KH: 34,0 BE: Fett: 22,3 ZS: 5,7,13a,16,	Salatplatte * mit Nuggets dazu Dressing Nachtsch kJ: 1373 kcal: 328KH: 9,6 BE: 0,0 Fett: 9,6 ZS: 1,2,7,13a,16,20,23	Currylinsen* mit Kokosmilch und Nudeln Nachtsch kJ: 2675 kcal: 640KH: 55,0 BE: Fett: 20,4 ZS: 7,10,13a,16	Spaghetti * mit Tomatensoße Nachtsch kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	Gebr. Hähnchenbrust* mit Paprikasoße Erbsen und Nudeln Nachtsch kJ: 2048 kcal: 489KH: 28,8 BE: 3,0 Fett: 20,8 ZS: 5,7,13a,16
Di 31.03	Rostbratwurst mit herzafter Soße Kohlrabi und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2318 kcal: 553KH: 27,4 BE: Fett: 38,2 ZS: 6,,13a,16	Sauerbraten mit Nudeln und Apfelmus Nachtsch kJ: 2228 kcal: 503KH: 52,2 BE: Fett: 25,4 ZS: 2,3,5,7,13a,16,20	Salatplatte* mit Hähnchenbrust dazu Dressing Nachtsch kJ: 2010 kcal: 388KH: 11,6 BE: Fett: 9,8 ZS: 1,2,7,10,13a,16,200	Gemüselasagne mit Tomatensoße Nachtsch kJ: 2770 kcal: 662KH: 73,0 BE: Fett: 23,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,17,22	Apfelstrudel* mit Vanillesoße Nachtsch kJ: 1930 kcal: 461KH: 18,5 BE: Fett: 19,5 ZS: 7,10,13a,16	Rostbratwurst mit herzhafter Soße Kohlrabi und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2122 kcal: 507KH: 23,7 BE: 3,0 Fett: 28,3 ZS: 7,10,13a,16
Mi 01.04	Fr. Hackfleisch-Bolognese mit Nudeln und Salat Nachtsch kJ: 2160 kcal: 516KH: 58,7 BE: Fett: 22,8 ZS: 7,13a,16	Fleischkäse mit Sauerkraut und Püree Nachtsch kJ: 2148 kcal: 513KH: 34,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,16,20	Hirtensalat mit Hackbällchen Schafskäse und Dressing Nachtsch kJ: 1243 kcal: 473KH: 12,0 BE: Fett: 16,8 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Bratkartoffelpfanne* mit Gemüse Nachtsch kJ: 1876 kcal: 448KH: 38,0 BE: Fett: 29,5 ZS: 4,13a,19,22	Nudelauflauf* mit Hähnchenfleisch und Paprika Nachtsch kJ: 2564 kcal: 595KH: 58,8 BE: Fett: 28,8 ZS: 1,3,5,10,13a,19	Fleischkäse mit Sauerkraut und Püree Nachtsch kJ: 2127 kcal: 508KH: 27,9 BE: 3,0 Fett: 22,4 ZS: 2,3,4,5,6,7,10,13a,
Do 02.04	Kohlroulade mit Specksoße und Püree Nachtsch kJ: 2479 kcal: 593KH: 52,0 BE: Fett: 29,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16, 20	Hühnerfricassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtsch kJ: 1892 kcal: 452KH: 34,0 BE: Fett: 32,0 ZS: 5,7,13a,16,	Bunter Salat mit Schweinebraten dazu Dressing Nachtsch kJ: 2015 kcal: 482KH: 18,2 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Bunter Gemüseintopf* Nachtsch kJ: 1530 kcal: 365KH: 12,2 BE: Fett: 12,8 ZS: 13a	Frikadelle Puzsta-Art mit Bratkartoffeln Nachtsch kJ: 2246 kcal: 468KH: 45,2 BE: Fett: 21,6 ZS: 5,13a,16.	Hühnerfricassee* mit Spargel und Champignons dazu Reis Nachtsch kJ: 1875 kcal: 448KH: 29,2,0 BE: 3,0 Fett: 19,5 ZS: 5,7,10,13a,16,20
Fr 03.04	Pan. Fischfilet* mit Dillsoße Gemüse und Salzkartoffeln Nachtsch kJ: 1987 kcal: 475KH: 41,7 BE: Fett: 21,7 ZS: 1,7,10,12,13a,16,19,20	Zwiebel-Senf-Braten v. Schwein mit Blumenkohl und Püree Nachtsch kJ: 2208 kcal: 528KH: 35,8 BE: Fett: 25,4 ZS: 2,3,4,5,7,10,13,16,20		Gek. Eier* mit Spinat und Püree Nachtsch kJ: 1876 kcal: 448KH: 28,0 BE: Fett: 22,5 ZS: 2,5,7,10,13a,16,		Zwiebel-Senf-Braten v. Schwein mit Blumenkohl und Püree Nachtsch kJ: 2098 kcal: 501KH: 29,8 BE: 3,0 Fett: 17,8 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,
Sa 04.04	Blumenkoh-Eintopf mit Frikadelle Nachtsch kJ: 1792 kcal: 428KH: 28,0 BE: Fett: 26,7 ZS: 6,13a,16,19	Putengulasch* mit Rosenkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2642 kcal: 680KH: 32,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 10,13a,16,	Rollender Mittagstisch GmbH Telefon: 0234-865268 Telefax: Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			Blumenkohl-Eintopf mit Frikadelle Nachtsch kJ: 1678 kcal: 401KH: 25,5 BE: 2,5 Fett: 24,4 ZS: 6,13a,16,19
So 05.04	Schnitzel "Jäger-Art" mit Mischgemüse und Spätzle Nachtsch kJ: 2561 kcal: 612KH: 33,5 BE: Fett: 26,5 ZS: 10,13a,16,20	Rinderroulade* mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 2220 kcal: 531KH: 36,2 BE: Fett: 27,5 ZS: 7,13a,16				Rinderroulade* mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtsch kJ: 1898 kcal: 454KH: 26,7 BE: 3,0 Fett: 20,8 ZS: 2,7,13a,16,20

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=Pekana, 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