Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 49 / 30.11.2026 - 06.12.2026

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo **30.11**	**Schnittbohnen-Eintopf** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1755 kcal: 419KH: 15,2 BE: Fett: 29,4 ZS: 6,13a,16,20	**Ung. Rindergulasch*** mit Nudeln Nachtisch kJ: 2119 kcal: 498KH: 32,8 BE: Fett: 29,0 ZS: 7,13a,16,19,20	**Gemischter Salat*** mit Käsestreifen und Dressing Nachtisch kJ: 1418 kcal: 298KH: 10,5 BE: Fett: 9,6 ZS: 1,2,7,13a,10,16,20	**Nudeln*** mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 38,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a,16,	**Cevapcici** mit Tomatensoße und Reis Nachtisch kJ: 2112 kcal: 441KH: 32,0 BE: Fett: 34,0 ZS: 5,13a.16,	**Ung. Rindergulasch*** mit Nudeln Nachtisch kJ: 2022 kcal: 472KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 21,0 ZS: 7,13a,16,20
Di **01.12**	**Wirsingroulade** mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2479 kcal: 592KH: 26,4 BE: Fett: 28,3 ZS: 2,3,4,5,710,13a,16,19,20,22	**Putenbraten*** mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2224 kcal: 585KH: 28,0 BE: Fett: 29,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20	**Thunfischtraum*** bunter Salat mit Thunfisch Mais und Zwiebeln dazu Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 518KH: 10,9 BE: Fett: 16,2 ZS: 7,10,13a,16,20	**Kohlrabi in*** Bechamelsoße dazu Schwenkkartoffeln Nachtisch kJ: 945 kcal: 226KH: 24,1 BE: Fett: 12,3 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,19,20	**Fleischwurstgulasch** mit Salat und Nudeln Nachtisch kJ: 2343 kcal: 560KH: 52,9 BE: Fett: 25,6 ZS: 2,3,5,7,13a,16,19	**Wirsingroulade** mit Specksoße und Püree Nachtisch kJ: 2231 kcal: 521KH: 22,5 BE: 3,0 Fett: 20,1 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19,20,22
Mi **02.12**	**Schweine-Cordon-bleu** mit Karottengemüse und Püree Nachtisch kJ: 2249 kcal: 538KH: 25,9 BE: Fett: 28,6 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	**Hähnchenbrust*** mit Champignon- Sahnesoße und Bratkartoffeln Nachtisch kJ: 2568 kcal: 599KH: 58,0 BE: Fett: 22,8 ZS: 3,5,7,10,13a,16	**Gem. Salat*** mit Schinken und Ei und Dressing Nachtisch kJ: 1635 kcal: 378KH: 17,2 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,6,7,10,13a.16.20	**Gemüse-Lasagne*** mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2889 kcal: 691KH: 60,0 BE: Fett: 15,9 ZS: 2,4,5,7,10,13,16a	**Kartoffel-Sauerkraut-** Auflauf mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2376 kcal: 578KH: 44,5 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,5,6,7,10,13a,16,19	**Schweine-Cordon-bleu** mit Karottengemüse und Püree Nachtisch kJ: 2245 kcal: 537KH: 22,8 BE: 3,0 Fett: 22,6 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20
Do **03.12**	**Cremige Champignon-** Hähnchenpfanne mit Spätzle Nachtisch kJ: 1938 kcal: 467KH: 55,0 BE: Fett: 25,6 ZS: 5,7,10,13a,16,19	**Frische Bratwurst** mit Rahmkohlrabi und Püree Nachtisch kJ: 2180 kcal: 490KH: 37,4 BE: Fett: 22,6 ZS: 2,4,6,7,10,13a,16,20	**Bunter Salatteller*** mit Tomaten-Mozarella und Dressing Nachtisch kJ: 2010 kcal: 391KH: 17,9 BE: Fett: 4,2 ZS: 2,5,7,10,13a,16,	**Vegetarische Nuggets*** mit Reis und Tomatensoße Nachtisch kJ: 2503 kcal: 598KH: 86,8 BE: Fett: 10,4 ZS: 7,10,13a,16,17,21,22	**Hähnchen-Paprika-Pfanne** mit Reis Nachtisch kJ: 2069 kcal: 494KH: 36,8 BE: Fett: 24,5 ZS: 7,13a,16,19	**Frische Bratwurst** mit Kohlrabi und Püree Nachtisch kJ: 2097 kcal: 466KH: 27,5 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 2,4,6,7,13a,16,20
Fr **04.12**	**Pan. Fischfilet*** mit Kräutersoße und Fingermöhrchen dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 2068 kcal: 484KH: 28,2 BE: Fett: 18,1 ZS: 7,10,12,13a,16,17,14,19,20	**Grünkohl** mit Kassler dazu Püree Nachtisch kJ: 2257 kcal: 539KH: 32,2 BE: Fett: 24,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,	**Kartoffelsalat** mit Frikadelle Nachtisch kJ: 2638 kcal: 631KH: 46,5 BE: Fett: 35,4 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	**Nudeln*** mit Spinat-Käsesoße Nachtisch kJ: 1678 kcal: 401KH: 62,3 BE: Fett: 11,4 ZS: 2,7,10,13a,16,19,22	**Lasagne Bolognese** mit Tomatensoße Nachtisch kJ: 2506 kcal: 599KH: 53,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 7,10,13a,16,19	**Gedämpftes Fischfilet*** mit Kräutersoße und Fingermöhrchen dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 1985 kcal: 432KH: 28,8 BE: 3,5 Fett: 17,0 ZS: 7,10,12,13a,16
Sa **05.12**	**Steckrüben-Eintopf** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1004 kcal: 240KH: 16,0 BE: Fett: 10,8 ZS: 6,13,a,16,	**Mettwurst** mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2278 kcal: 544KH: 31,8 BE: Fett: 25,7 ZS: 2,3,4,6,7,10,13a,16,	**Rollender Mittagstisch GmbH** **Telefon: 0234-865268** **Telefax:** Josef-Baumann-Strasse 2a 44805 Bochum info@rollender-mittagstisch.de Thomas Niebur Registergericht: Bochum HRB 5960			**Steckrüben-Eintopf** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1004 kcal: 240KH: 16,0 BE: 3,0 Fett: 10,0 ZS: 6,13a,16
So **06.12**	**Hähnchenbrust** mit Blumenkohl dazu Kartoffeln Nachtisch kJ: 2168 kcal: 518KH: 38,4 BE: Fett: 24,3 ZS: 13a,16,	**Bratwurst** mit Gemüse dazu Spätzle Nachtisch kJ: 1987 kcal: 475KH: 53,0 BE: Fett: 28,7 ZS: 2,3,5,6,7,10,13a,16				**Bratwurst** mit Gemüse dazu Spätzle Nachtisch kJ: 1970 kcal: 471KH: 38,4 BE: 3,0 Fett: 14,8 ZS: 2,3,5,6,7,10,13a,16,20

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 geschwelfelt, 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=Pekan, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Broteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. *= ohne Schweinefleisch

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 50 / 07.12.2026 - 13.12.2026

	Menü 1 Silber	Menü 2 Gourmet	Menü 3 Salate	Menü 4 Vegetarisch	Menü 5 Lila	Menü 6 Schonkost Diabetiker geeignet
Mo **07.12**	**Erbsensuppe** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1900 kcal: 454KH: 40,9 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,,6,13a,16,20	**Curry-Rahm-Schnitzel** mit Erbsen und Reis Nachtisch kJ: 2446 kcal: 548KH: 48,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2.5,10,13a,16	**Geflügelsalat*** 1 Brötchen Nachtisch kJ: 2649 kcal: 637KH: 18,0 BE: Fett: 15,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	**Veg. Gemüsecurry*** mit Reis Nachtisch kJ: 2650 kcal: 627KH: 82,0 BE: Fett: 18,0 ZS: 5,13a.16,19,22	**Hähnchenbrust *** mit Käse-Lauch-Soße dazu Püree Nachtisch kJ: 2346 kcal: 589KH: 39,0 BE: Fett: 18,5 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	**Erbsensuppe** mit Bockwurst Nachtisch kJ: 1900 kcal: 454KH: 28,8 BE: 3,0 Fett: 23,0 ZS: 2,5,10,13a,16
Di **08.12**	**Eieromelett*** mit Rahmspinat und Püree Nachtisch kJ: 1803 kcal: 430KH: 20,4 BE: Fett: 34,6 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	**Hacksteak** mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2376 kcal: 568KH: 27,0 BE: Fett: 29,2 ZS: 10,13a,16	**Gemischter Salat*** mit Fetakäse dazu Dressing Nachtisch kJ: 1964 kcal: 469KH: 13,5 BE: Fett: 16,6 ZS: 2,7,10,13a,16,20	**Spätzle mit*** Käsesoße und Salat Nachtisch kJ: 2851 kcal: 681KH: 81,0 BE: Fett: 18,8 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16,20	**Milchreis*** mit Zimt und Zucker Nachtisch kJ: 1890 kcal: 452KH: 33,0 BE: Fett: 23,4 ZS: 7,13a,16,	**Eieromelett*** mit Rahmspinat und Püree Nachtisch kJ: 1800 kcal: 427KH: 20,4 BE: 3,0 Fett: 42,0 ZS: 2.3,4,7,10,13a,16
Mi **09.12**	**Warmer Kartoffelsalat** mit Speck, Zwiebeln und Gurke dazu 2 Frikadellen Nachtisch kJ: 2850 kcal: 682KH: 45,0 BE: Fett: 25,8 ZS: 5,7,10,13a,16,19,20	**Spießbraten** mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2584 kcal: 618KH: 38,8 BE: Fett: 35,0 ZS: 2,3,4,6,7,13a,16	**Hähnchenschnitzel*** mit Reissalat Nachtisch kJ: 1722 kcal: 412KH: 53,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 7,10,13a,16,20	**Apfelstrudel** mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1820 kcal: 435KH: 69,4 BE: Fett: 19,0 ZS: 3,7,13a,16,	**Gemüse-Nudelauflauf*** mit Käse überbacken Nachtisch kJ: 2060 kcal: 498KH: 44,0 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,5,6,7,10,13,a,16	**Spießbraten** mit Sauerkraut und Püree Nachtisch kJ: 2544 kcal: 608KH: 32,9 BE: 3,0 Fett: 14,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,19
Do **10.12**	**Frische Bratwurst** mit Rosenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2208 kcal: 528KH: 28,6 BE: Fett: 41,0 ZS: ,13a,16,20	**Hähnchenbrust*** mit buntem Gemüse und Püree Nachtisch kJ: 2185 kcal: 498KH: 32,8 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	**Salatplatte "Hawaii"** mit Schinken und Ananas und Dressing Nachtisch kJ: 1530 kcal: 363KH: 13,5 BE: Fett: 16,6 ZS: 1,2,6,7,10,13a,16,20	**Gemüseröstling*** mit Püree und Soße Nachtisch kJ: 2096 kcal: 482KH: 26,0 BE: Fett: 16,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16	**Curry-Frikadelle** mit Nudeln Nachtisch kJ: 2210 kcal: 514KH: 54,4 BE: Fett: 56,0 ZS: 2,6,7,13a,16	**Hähnchenbrust*** mit buntem Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2142 kcal: 485KH: 27,0 BE: 2,5 Fett: 25,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20
Fr **11.12**	**Pan. Fischfilet*** mit Senfsoße Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1946 kcal: 465KH: 28,7 BE: Fett: 36,0 ZS: 7,10,12,13a,16,14,17	**Krustenbraten** mit Rotkohl und Püree Nachtisch kJ: 2425 kcal: 580KH: 34,6 BE: Fett: 29,4 ZS: 2.3,4,7,10,13a,16,20	**1 Frikadelle** mit Nudelsalat Nachtisch kJ: 2550 kcal: 609KH: 63,6 BE: Fett: 38,1 ZS: 2,7,10,13a,16,20	**Bunter Gemüseeintopf*** mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 2010 kcal: 423KH: 26,4 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a,19	**Pfannkuchen*natur** mit Fruchtkompott Nachtisch kJ: 1805 kcal: 432KH: 55,0 BE: Fett: 14,6 ZS: 7,10,11,13a,16	**Bunter Gemüseeintopf** mit Kartoffeln Nachtisch kJ: 1923 kcal: 460KH: 21,3 BE: 3,0 Fett: 15,0 ZS: 13a,16
Sa **12.12**	**Käse-Lauch-Eintopf** mit Hackfleischeinlage Nachtisch kJ: 1811 kcal: 433KH: 36,3 BE: Fett: 28,5 ZS: 2,5,7,6,10,13a,16,19	**Hähnchengeschnetzeltes*** in Senf-Sahne-Soße mit Gemüse und Spätzle Nachtisch kJ: 2278 kcal: 544KH: 31,8 BE: Fett: 21,5 ZS: 2,5,4,6,7,13a,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			**Käse-Lauch-Eintopf** mit Hackfleischeinlage Nachtisch kJ: 1782 kcal: 426KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 22,8 ZS: 2.5,7,10,13a,16,19
So **13.12**	**Hähnchenkeule*** mit Rotkohl dazu Püree Nachtisch kJ: 2322 kcal: 526KH: 32,0 BE: Fett: 24,3 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,	**Schweinegeschnetzeltes** mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2098 kcal: 520KH: 29,4 BE: Fett: 28,7 ZS: ,13a,16,20				**Schweinegeschnetzeltes** mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2098 kcal: 501KH: 26,4 BE: 4,5 Fett: 21,8 ZS: ,13a,16,20

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 geschwelfelt, 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=Pekan, f=Para, g=Macadamia, h=Pistazien), 18 Schwefeldioxid / Sulfite, 19 Sellerie, 20 Senf, 21 Sesam, 22 Soja, 23 Weichtiere. Legende: BE=Broteinheiten unter Berücksichtigung berechnungspflichtiger Kohlenhydrate, ZS=Zusatzstoffe und Allergene, kcal=Kilokalorien, kJ=Kilojoule, KH=Kohlenhydrate. *= ohne Schweinefleisch