

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 47 / 17.11.2025 - 23.11.2025

	Menü 1 9,97 € Silber	Menü 2 9,97 € Blau	Menü 3 9,97 € Salate	Menü 4 9,97 € Vegetarisch	Menü 5 9,97 € Lila	Menü 6 9,97 € Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 17.11	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtisch kJ: 2165 kcal: 517KH: 22,9 BE: Fett: 28,5 ZS: 6,13a,16,	Putengeschnetzeltes* in Champignonsoße dazu Buntes Gemüse und Püree Nachtisch kJ: 2077 kcal: 497KH: 54,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,20	Bunter Salat* mit Hähnchenbrust Dressing Nachtisch kJ: 1218 kcal: 294KH: 19,3 BE: Fett: 4,2 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Veg. Rosenkohl-Eintopf Nachtisch kJ: 1548 kcal: 370KH: 22,4 BE: Fett: 13,6 ZS: 13a,16	Apfelpfannkuchen* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1742 kcal: 416KH: 41,0 BE: Fett: 24,6 ZS: 7,10,13a,16	Erbsensuppe mit Bockwurst Nachtisch kJ: 2152 kcal: 514KH: 20,8 BE: 3,0 Fett: 21,7 ZS: 6,13a,16,
Di 18.11	Hähnchenschnitzel* mit Currysoße und Erbsen dazu Reis Nachtisch kJ: 2022 kcal: 483KH: 32,4 BE: Fett: 17,9 ZS: 2,5,7,13a,16,	Mini-Haxe mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 2098 kcal: 543KH: 65,4 BE: Fett: 32,9 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Salatteller* mit Hähnchennuggets und Dressing Nachtisch kJ: 1318 kcal: 315KH: 16,5 BE: Fett: 19,7 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Spaghetti* in Curryrahmsoße dazu buntes Gemüse Nachtisch kJ: 3456 kcal: 827KH: 122,0 BE: Fett: 25,3 ZS: 2,5,7,13a,16	Frikadelle mit Speck-Zwiebel-Soße Salat und Püree Nachtisch kJ: 2840 kcal: 679KH: 68,0 BE: Fett: 37,0 ZS: 2,3,10,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Currysoße und Erbsen dazu Reis Nachtisch kJ: 1988 kcal: 475KH: 27,4 BE: 2,5 Fett: 15,5 ZS: 2,5,13a,16a,
Mi 19.11	Putenkeule mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2347 kcal: 561KH: 48,2 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,13a,7,16,20 ,	Hähnchenbrust* mit Basilikum-Sahnesoße dazu Salat und Spätzle Nachtisch kJ: 2252 kcal: 539KH: 65,4 BE: Fett: 32,0 ZS: 7,13a,16	Gem. Salat* mit Käse und Dressing Nachtisch kJ: 1418 kcal: 339KH: 18,0 BE: Fett: 15,7 ZS: 1,2,7,10,13a,16,19,20	Gemüse-Pilz-Pfanne* mit Käse-Sahne-Soße und Röstzwiebelpüree Nachtisch kJ: 2232 kcal: 533KH: 75,4 BE: Fett: 16,3 ZS: 2,5,7,10,13a,16,	Blumenkohl-Auflauf mit Käse überbacken Nachtisch kJ: 2656 kcal: 613KH: 51,0 BE: Fett: 39,0 ZS: 2,5,10,13a,16	Putenkeule mit Rotkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2283 kcal: 546KH: 37,4 BE: 3,0 Fett: 315,0 ZS: 2,7,13a,16,20
Do 20.11	Mettwurst mit Jägerkohl dazu Röstzwiebelpüree Nachtisch kJ: 2472 kcal: 591KH: 61,0 BE: Fett: 38,2 ZS: 2,3,4,5,6,7,13a,16,20	Schnitzel "Puszta-Art" dazu Rösti Nachtisch kJ: 2725 kcal: 652KH: 74,8 BE: Fett: 37,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,20	Thunfisch-Reissalat 1 Brötchen Nachtisch kJ: 1988 kcal: 425KH: 49,5 BE: Fett: 18,6 ZS: 2,7,10,12,13a,16,20	Veg. Steckrüben-Eintopf Nachtisch kJ: 1004 kcal: 240KH: 16,5 BE: Fett: 10,5 ZS: 13a,16,19,	Hähnchenpf.Madagaskar mit Nudeln * und Salat Nachtisch kJ: 2325 kcal: 475KH: 51,6 BE: Fett: 17,4 ZS: 7,13a,16	Veg. Steckrüben-Eintopf Nachtisch kJ: 1004 kcal: 240KH: 16,5 BE: 3,0 Fett: 9,0 ZS: 13a,16,19
Fr 21.11	Pan. Fischfilet* mit Senfsoße Salzkartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 2243 kcal: 481KH: 51,5 BE: Fett: 14,8 ZS: 7,12,13a,16	Schweinegeschnetzeltes "Berner-Art" mit Nudeln Nachtisch kJ: 2275 kcal: 544KH: 51,2 BE: Fett: 28,0 ZS: 5,7,13a,16,	Gemischter Salat mit Schafskäse und Dressing Nachtisch kJ: 1960 kcal: 445KH: 22,5 BE: Fett: 17,0 ZS: 1,2,6,7,10,13a,16,20	Wirsingeintopf* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1762 kcal: 421KH: 32,8 BE: Fett: 16,2 ZS: 13a,19,	Quarkkeulchen * mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 1851 kcal: 442KH: 26,3 BE: Fett: 20,6 ZS: 2,7,10,13a,16,	Fischfilet "natur" mit Senfsoße Kartoffeln und Salat Nachtisch kJ: 2095 kcal: 444KH: 27,3 BE: 3,0 Fett: 21,4 ZS: 7,12,13a,16
Sa 22.11	Möhren-Eintopf mit Bockwurst Nachtisch kJ: 2228 kcal: 533KH: 22,8 BE: Fett: 26,3 ZS: 6,13a,16,19	Rinderhacksteak* mit Pariser Karotten und Püree Nachtisch kJ: 1872 kcal: 447KH: 43,0 BE: Fett: 25,8 ZS: 7,10,13a,16,20	Familien- und Krankenpflege Herne e.V. Menüservice Freisenstr. 4 - 6, 44649 Herne Telefon Nr.: (02325) 97 30 10 - Fax: (02325) 97 30 29 E-Mail: Heike.Mattern@fuk-herne.de Besteller / Name: _____			
So 23.11	Hähnchenbrust* mit Mischgemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2194 kcal: 624KH: 27,7 BE: Fett: 21,5 ZS: 7,13a,16,20	Schweinegulasch mit Pilzen und Zwiebeln dazu Spätzle Nachtisch kJ: 2868 kcal: 686KH: 50,2 BE: Fett: 28,4 ZS: 10,13a,16,20				

Friede Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/KJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit gekürztem Satz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Runkartoffeln vom Hersteller geschweißt.

Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 48 / 24.11.2025 - 30.11.2025

	Menü 1 9,97 € Silber	Menü 2 9,97 € Blau	Menü 3 9,97 € Salate	Menü 4 9,97 € Vegetarisch	Menü 5 9,97 € Lila	Menü 6 9,97 € Schonkost Diabetiker geeignet
Mo 24.11	Eintopf von Weißen Bohnen mit Mettwurst Nachtisch kJ: 1940 kcal: 463KH: 45,0 BE: Fett: 28,5 ZS: 6,,13a,16,19	Schnitzel "Jäger-Art" dazu Spätzle und Buntes Gemüse Nachtisch kJ: 2312 kcal: 553KH: 33,6 BE: Fett: 29,0 ZS: 7,,10,13a,16,20	Bunter Salat* mit Hähnchenschnitzel und Dressing Nachtisch kJ: 1980 kcal: 473KH: 31,0 BE: Fett: 21,0 ZS: 1,,7,13a,16,19,20	Blumenkohl-Champignon-* Pfanne mit Knoblauch dazu Püree Nachtisch kJ: 1012 kcal: 242KH: 25,2 BE: Fett: 17,5 ZS: 2,,7,10,13a,16	Hähnchengeschnetzeltes* "Gyros-Art" mit Tomatensoße und Reis Nachtisch kJ: 2325 kcal: 556KH: 51,6 BE: Fett: 30,0 ZS: 7,,13a,16,	Eintopf von Weißen Bohnen mit Mettwurst Nachtisch kJ: 1940 kcal: 463KH: 35,8 BE: 3,0 Fett: 21,2 ZS: 6,13a,16,19
Di 25.11	Rührei* mit Spinat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1922 kcal: 459KH: 25,4 BE: Fett: 18,0 ZS: 2,3,5,7,10,13a,16	Thailändisches Schweinegeschnetzeltes in Kokossoße mit Gemüse dazu Reis Nachtisch kJ: 2615 kcal: 625KH: 53,6 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,7,13a,16,19	Salatplatte* mit Thunfisch und Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 418KH: 6,4 BE: Fett: 14,0 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Champignons à la creme* mit Butternudeln Nachtisch kJ: 2346 kcal: 561KH: 25,8 BE: Fett: 22,8 ZS: 7,,10,13a,16	Geflügelbällchen* mit Tomatensoße und Nudeln Nachtisch kJ: 2317 kcal: 670KH: 38,0 BE: Fett: 12,0 ZS: 2,10,13a,16,17	Rührei mit Spinat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1922 kcal: 459KH: 24,0 BE: 2,5 Fett: 16,0 ZS: 2,3,5,7,10,13,16
Mi 26.11	Schweinegulasch mit Pfefferrahmsoße Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2174 kcal: 486KH: 31,5 BE: Fett: 27,0 ZS: 10,13a,20	Rinderbraten* mit Rotkohl Püree Nachtisch kJ: 2498 kcal: 597KH: 29,4 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,5,6,13a,16	Hirtensalat mit Hackbällchen und Schafskäse dazu Dressing Nachtisch kJ: 2175 kcal: 458KH: 38,4 BE: Fett: 19,0 ZS: 2,7,10,12,13a,16,20	Wirsing-Kartoffelauflauf* Nachtisch kJ: 3600 kcal: 860KH: 72,0 BE: Fett: 30,8 ZS: 2,7,10,13a,16,	Frikadelle mit Champignonsoße und Nudeln Nachtisch kJ: 2228 kcal: 532KH: 64,0 BE: Fett: 25,0 ZS: 5,7,10,13a,16,19	Schweinegulasch mit Pfefferrahmsoße Blumenkohl und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2122 kcal: 467KH: 27,0 BE: 3,0 Fett: 24,0 ZS: 7,,13a,16,20
Do 27.11	Hähnchen-Cordon-bleu* mit Fingermöhren und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2073 kcal: 495KH: 24,5 BE: Fett: 21,9 ZS: 10,13a,16	Leberpfanne mit Pilzen Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 1892 kcal: 445KH: 48,8 BE: Fett: 12,0 ZS: 1,2,3,5,13a,16	Eiersalat 1 Brötchen Nachtisch kJ: 2592 kcal: 622KH: 9,6 BE: Fett: 50,8 ZS: 1,2,7,10,13a,16,20	Bunte Reispfanne* mit Currysoße Nachtisch kJ: 2828 kcal: 632KH: 52,5 BE: Fett: 31,4 ZS: 1,2,3,5,10,13a,16,19,22	Hähnchencurry* mit Reis Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 10,0 ZS: 2,5,7,13a,16,19	Leberpfanne mit Pilzen und Kartoffelpüree Nachtisch kJ: 1878 kcal: 438KH: 37,0 BE: 3,5 Fett: 12,0 ZS: 2,3,5,13a,16,
Fr 28.11	Fischfilet "natur"* mit Zitronen-Buttersoße Broccoli und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1985 kcal: 461KH: 31,5 BE: Fett: 38,7 ZS: 7,12,13a,16,17,	Grünkohl mit Mettwurst und Püree Nachtisch kJ: 2322 kcal: 555KH: 62,0 BE: Fett: 18,6 ZS: 2,3,4,5,6,13a,16,20	Gemischter Salat mit Hähnchenstreifen dazu Dressing Nachtisch kJ: 1950 kcal: 466KH: 16,1 BE: Fett: 12,8 ZS: 2,7,10,13a,16,20	Linsensuppe* mit Kartoffeln und Gemüse Nachtisch kJ: 1916 kcal: 408KH: 28,0 BE: Fett: 25,4 ZS: 13a,19,20	Kaiserschmarrn* mit Vanillesoße Nachtisch kJ: 2007 kcal: 497KH: 39,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 2,5,7,13a,16,22	Linsensuppe* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1908 kcal: 397KH: 24,3 BE: 3,0 Fett: 22,5 ZS: 13a,16,19
Sa 29.11	Sauerkraut-Eintopf mit Mettwurst Nachtisch kJ: 2372 kcal: 587KH: 43,0 BE: Fett: 38,3 ZS: 6,13a,16,19,	Putenschnitzel* mit Blumenkohl und Püree Nachtisch kJ: 1972 kcal: 471KH: 43,0 BE: Fett: 26,8 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16	Familien- und Krankenpflege Herne e.V. Menüservice Freisenstr. 4 - 6, 44649 Herne Telefon Nr.: (02325) 97 30 10 - Fax: (02325) 97 30 29 E-Mail: Heike.Mattern@fuk-herne.de Besteller / Name: _____			
So 30.11	Putengulasch* mit Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2194 kcal: 524KH: 27,7 BE: Fett: 21,5 ZS: 2,7,13a,16	Frikadelle mit Rotkohl dazu Püree Nachtisch kJ: 2064 kcal: 493KH: 28,5 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,20	 Besteller / Name: _____			

Friede Menüs zum sofortigen Verzehr bestimmt. Unsere kcal/KJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit gekürztem Satz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Runkartoffeln vom Hersteller geschwefelt.