

# Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 7 / 09.02.2026 - 15.02.2026

	<b>Menü 1</b> 10,99 € Silber	<b>Menü 2</b> 10,99 € Blau	<b>Menü 3</b> 10,99 € Salate	<b>Menü 4</b> 10,99 € Vegetarisch	<b>Menü 5</b> 10,99 € Lila	<b>Menü 6</b> 10,99 € Schonkost Diabetiker geeignet
<b>Mo</b> <b>09.02</b>	<b>Bunter Weißkohleintopf</b> mit Mettwurst  Nachtisch kJ: 1784 kcal: 426KH: 31,0 BE: Fett: 29,5 ZS: 6,13a,16,20	<b>Putengeschnetzeltes*</b> mit Broccoli und Reis  Nachtisch kJ: 2327 kcal: 556KH: 52,0 BE: Fett: 24,0 ZS: 7,13a,16	<b>Salatplatte*</b> mit Hähnchenschnitzel und Dressing  Nachtisch kJ: 1558 kcal: 418KH: 12,4 BE: Fett: 19,5 ZS: 1,2,7,10,13a,16,	<b>Spaghetti Funghi*</b> mit Pilzsoße  Nachtisch kJ: 2445 kcal: 495KH: 92,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 1,2,7,10,13a,16,	<b>Gefüllte Pfannkuchen*</b> mit Vanillesoße  Nachtisch kJ: 1815 kcal: 435KH: 43,0 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,5,7,10,13a,16,	<b>Bunter Weißkohleintopf</b> mit Mettwurst  Nachtisch kJ: 1784 kcal: 486KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 29,0 ZS: 6,13a,16,20
<b>Di</b> <b>10.02</b>	<b>Schweineschnitzel in Pfefferrahmsoße</b> Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1964 kcal: 469KH: 25,0 BE: Fett: 17,9 ZS: 2,3,5,6,10,13a,,20	<b>Fleischkäse</b> mit Bechamel-Kartoffeln und Kohlrabi  Nachtisch kJ: 2486 kcal: 594KH: 38,5 BE: Fett: 20,2 ZS: 2,3,5,7,13a,16	<b>Salatplatte *</b> mit Hähnchenbrust und Dressing  Nachtisch kJ: 1558 kcal: 418KH: 124,0 BE: Fett: 19,5 ZS: 2,7,10,13a,16,20	<b>Bunter Gemüseeintopf*</b>  Nachtisch kJ: 1530 kcal: 366KH: 12,2 BE: Fett: 12,8 ZS: 13a,19,	<b>Hähnchenragout*</b> in Tomaten-Sahne-Soße dazu Nudeln  Nachtisch kJ: 2771 kcal: 663KH: 68,8 BE: Fett: 15,9 ZS: 7,13a,16	<b>Schweineschnitzel in Pfefferrahmsoße</b> Gemüse und Kartoffeln Nachtisch kJ: 1778 kcal: 426KH: 21,0 BE: 3,0 Fett: 15,0 ZS: 1,7,10,13a,16,200
<b>Mi</b> <b>11.02</b>	<b>Hacksteak</b> mit Broccoli und Püree  Nachtisch kJ: 2365 kcal: 566KH: 27,5 BE: Fett: 32,2 ZS: 2,3,4,5,7,10,,13a,16,	<b>Schweinebraten</b> mit Rotkohl und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2584 kcal: 563KH: 48,8 BE: Fett: 35,0 ZS: 2,3,6,7,13a,16	<b>Bunter Salat*</b> mit Schafskäse und Dressing  Nachtisch kJ: 1418 kcal: 298KH: 8,5 BE: Fett: 9,5 ZS: 1,2,7,10,13a,16,20	<b>Vegetarische Nuggets*</b> mit Nudeln und Tomatensoße  Nachtisch kJ: 2092 kcal: 462KH: 69,0 BE: Fett: 19,8 ZS: 10,13a,16,19,22	<b>Currywurst</b> mit Nudeln  Nachtisch kJ: 3089 kcal: 740KH: 60,3 BE: Fett: 39,0 ZS: 2,4,5,6,7,13a,16,20	<b>Hacksteak</b> mit Broccoli und Püree  Nachtisch kJ: 2227 kcal: 533KH: 22,5 BE: 3,0 Fett: 27,0 ZS: 2,3,4,5,7,10,,13a,16,
<b>Do</b> <b>12.02</b>	<b>Szegediner Gulasch</b> mit Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2325 kcal: 522KH: 32,0 BE: Fett: 22,0 ZS: 13a,16,20	<b>Rindercevapcici*</b> mit Balkangemüse und Reis  Nachtisch kJ: 1884 kcal: 450KH: 42,0 BE: Fett: 15,4 ZS: 5,7,10,13a	<b>Gem. Salat</b> mit Schinkenstreifen und Dressing  Nachtisch kJ: 1318 kcal: 315KH: 16,5 BE: Fett: 25,5 ZS: 1,2,7,10,13a,16,20	<b>Veg. Spätzlepfanne*</b> mit verschiedenen Gemüsen und Käsesoße  Nachtisch kJ: 2619 kcal: 616KH: 60,6 BE: Fett: 28,4 ZS: 2,5,10,13a,16,19	<b>Hähnchennuggets*</b> mit Ketchupsoße dazu Reis und Salat  Nachtisch kJ: 3956 kcal: 946KH: 74,0 BE: Fett: 49,0 ZS: 1,2,5,10,11,13a,16,17	<b>Szegediner Gulasch</b> mit Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2268 kcal: 348KH: 28,0 BE: 3,0 Fett: 26,0 ZS: 13a,16,20
<b>Fr</b> <b>13.02</b>	<b>Fischfilet paniert*</b> mit Kräutersoße Salat und Kartoffeln Nachtisch kJ: 2451 kcal: 602KH: 37,2 BE: Fett: 27,1 ZS: 2,7,10,12,13a,16,20	<b>Hähnchen-Cordon-bleu</b> mit Bohnen und Nudeln  Nachtisch kJ: 2185 kcal: 522KH: 48,0 BE: Fett: 19,2 ZS: 13a,16	<b>Schnitzel mit Kartoffelsalat</b>  Nachtisch kJ: 2692 kcal: 612KH: 49,5 BE: Fett: 35,4 ZS: 2,7,10,13a,16	<b>Paprikagemüse*</b> mit Reis  Nachtisch kJ: 2096 kcal: 482KH: 32,0 BE: Fett: 15,0 ZS: 5,,13a,	<b>Nudeln "Florentiner-Art"*</b> mit Hähnchenstreifen in Spinat-Sahnesoße  Nachtisch kJ: 1950 kcal: 754KH: 59,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 1,2,3,7,13a,16	<b>Hähnchen-Cordon-bleu</b> mit Bohnen und Nudeln  Nachtisch kJ: 2122 kcal: 507KH: 33,0 BE: 3,0 Fett: 17,0 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16
<b>Sa</b> <b>14.02</b>	<b>Rheinische Kartoffelsuppe</b> mit Bockwurst  Nachtisch kJ: 1878 kcal: 449KH: 32,3 BE: Fett: 210,0 ZS: 6,13a,16,19,20	<b>Hähnchenkeule*</b> mit Gemüse und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 1972 kcal: 471KH: 42,0 BE: Fett: 25,7 ZS: ,13a,16	<b>Familien- und Krankenpflege Herne e.V.</b> <b>Menüservice</b> <b>Freisenstr. 4 - 6, 44649 Herne</b> <b>Telefon Nr.: (02325) 97 30 10 - Fax: (02325) 97 30 29</b> <b>E-Mail: Heike.Mattern@fuk-herne.de</b> <b>Besteller / Name:</b> _____			
<b>So</b> <b>15.02</b>	<b>Mini-Haxe</b> auf Sauerkraut dazu Püree  Nachtisch kJ: 2120 kcal: 507KH: 64,7 BE: Fett: 32,9 ZS: 2,3,4,7,1013a,16	<b>Hähnchenschnitzel*</b> mit Leipziger Allerlei und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2084 kcal: 498KH: 28,5 BE: Fett: 25,0 ZS: ,10,13a,16,17				

Für die Menüs zum vorliegenden Verzeit bestimmt. Unsere kcal/kJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit gekürztem Satz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Runkartoffeln vom Hersteller geschwefelt.

# Täglich frisch auf Ihren Tisch! SPEISEPLAN KW 8 / 16.02.2026 - 22.02.2026

	<b>Menü 1</b> 10,99 € Silber	<b>Menü 2</b> 10,99 € Blau	<b>Menü 3</b> 10,99 € Salate	<b>Menü 4</b> 10,99 € Vegetarisch	<b>Menü 5</b> 10,99 € Lila	<b>Menü 6</b> 10,99 € Schonkost Diabetiker geeignet
<b>Mo</b> <b>16.02</b>	Linsensuppe mit Bockwurst  Nachtisch kJ: 1784 kcal: 426KH: 25,0 BE: Fett: 23,0 ZS: 1,6,13a,16	Schweinegeschnetzeltes mit Rosenkohl und Nudeln  Nachtisch kJ: 2230 kcal: 478KH: 32,0 BE: Fett: 38,0 ZS: 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	Nudeln mit* fruchtiger Tomatensoße  Nachtisch kJ: 1357 kcal: 324KH: 28,0 BE: Fett: 16,4 ZS: 13a	Apfelstrudel* mit Vanillesoße  Nachtisch kJ: 1930 kcal: 461KH: 38,0 BE: Fett: 13,6 ZS: 2,3,10,13,16a	Linsensuppe mit Bockwurst  Nachtisch kJ: 1761 kcal: 408KH: 21,0 BE: 3,0 Fett: 19,4 ZS: 1,6,13a,16
<b>Di</b> <b>17.02</b>	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 Blumenkohl und Stampfkartoffeln  Nachtisch kJ: 2144 kcal: 512KH: 28,5 BE: Fett: 22,0 ZS: 2,3,5,6,13a,16	Geflügelsalat* 1 Brötchen  Nachtisch kJ: 1521 kcal: 318KH: 7,8 BE: Fett: 19,4 ZS: 2,7,10,13a,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	Spaghetti Carbonara  Nachtisch kJ: 2178 kcal: 520KH: 64,3 BE: Fett: 28,0 ZS: 2,6,7,10,13a,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
<b>Mi</b> <b>18.02</b>	Geb. Fleischkäse mit Spinat und Kartoffelpüree  Nachtisch kJ: 2771 kcal: 62KH: 27,0 BE: Fett: 45,0 ZS: 2,3,4,10,13a,16,	Hähnchenschnitzel* mit Kohlrabi und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 27,0 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Bunter Salat mit Hähnchennuggets dazu Dressing  Nachtisch kJ: 1458 kcal: 388KH: 18,0 BE: Fett: 19,4 ZS: 5,7,10,13a,16,20	Kartoffelklöße* mit Zwiebelsoße dazu Rotkohl  Nachtisch kJ: 2171 kcal: 519KH: 78,0 BE: Fett: 18,4 ZS: 1,2,3,7,13a,16,19	Kartoffelgratin mit Hackfleisch und Käse überbacken  Nachtisch kJ: 2226 kcal: 531KH: 31,6 BE: Fett: 36,0 ZS: 2,7,13a,16	Hähnchenschnitzel* mit Kohlrabi und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 23,6 BE: 3,0 Fett: 24,7 ZS: 5,7,,10,17,13a,16,20
<b>Do</b> <b>19.02</b>	Schweinegulasch "Fürster-Art" mit Erbsen dazu Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2245 kcal: 537KH: 31,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,13a,16,20	Westf. Dicke Bohnen mit Krustenbraten und Püree  Nachtisch kJ: 2245 kcal: 520KH: 48,0 BE: Fett: 38,7 ZS: 2,3,4,5,7,10,13a,16,20	Gemischter Salat mit Putenstreifen und Dressing  Nachtisch kJ: 1332 kcal: 32KH: 16,0 BE: Fett: 18,2 ZS: 7,10,13a,16,20	Kartoffel-Käse-Lauch* Paprika-Suppe  Nachtisch kJ: 2340 kcal: 560KH: 24,0 BE: Fett: 15,4 ZS: 2,3,7,13a,16,20	Reibekuchen* mit Apfelmus  Nachtisch kJ: 2840 kcal: 628KH: 68,0 BE: Fett: 10,6 ZS: 2,3,10,13a,16	Schweinegulasch Fürster-Art mit Erbsen dazu Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2220 kcal: 485KH: 28,7 BE: 3,0 Fett: 20,0 ZS: 7,13a,16,20
<b>Fr</b> <b>20.02</b>	Fischfilet **"natur"** in Dill-Curry-Soße Broccoli und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 28,7 BE: Fett: 17,2 ZS: 7,10,12,13a,16,20	Zwiebel-Rahm-Schnitzel mit Nudeln  Nachtisch kJ: 2285 kcal: 545KH: 52,0 BE: Fett: 24,4 ZS: 7,13a,16	Frikadelle mit Nudelsalat  Nachtisch kJ: 2535 kcal: 513KH: 55,8 BE: Fett: 32,4 ZS: 1,2,3,7,10,13a,16,20	Broccoli* in Rahmsoße dazu Schwenkkartoffeln  Nachtisch kJ: 1260 kcal: 313KH: 36,4 BE: Fett: 8,5 ZS: 7,13a,16,	Hähnchencurry* mit Reis  Nachtisch kJ: 2146 kcal: 513KH: 27,0 BE: Fett: 27,0 ZS: 2,5,7,13a,16,20	Fischfilet "natur" mit Dill-Curry-Soße Broccoli Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2098 kcal: 501KH: 25,7 BE: 3,0 Fett: 7,6 ZS: 2,5,7,13a,16,20
<b>Sa</b> <b>21.02</b>	Kohlrabi-Möhren-Eintopf mit Kartoffeln und Hackfleisch  Nachtisch kJ: 1878 kcal: 449KH: 29,3 BE: Fett: 21,8 ZS: 6,13a,16,19,	Hacksteak mit Brechbohnen und Kartoffeln  Nachtisch kJ: 1691 kcal: 404KH: 37,0 BE: Fett: 26,7 ZS: 6,7,10,13a,16,	<b>Familien- und Krankenpflege Herne e.V.</b> <b>Menüservice</b> <b>Freisenstr. 4 - 6, 44649 Herne</b> <b>Telefon Nr.: (02325) 97 30 10 - Fax: (02325) 97 30 29</b> <b>E-Mail: Heike.Mattern@fuk-herne.de</b> <b>Besteller / Name:</b> _____			
<b>So</b> <b>22.02</b>	Hähnchenbrust* mit Fingermöhren dazu Kartoffeln  Nachtisch kJ: 2508 kcal: 600KH: 34,9 BE: Fett: 24,2 ZS: 13a,16,20	Bratwurst mit Gemüse und Püree  Nachtisch kJ: 1906 kcal: 456KH: 42,6 BE: Fett: 28,7 ZS: 2,3,4,7,10,13a,16,17				

Folgende Menüs zum späteren Verzehr bestimmt. Unsere kcal/KJ Angaben sind Durchschnittswerte. Alle Menüs mit gekennzeichnetem Satz. Aus Gründen der Produktsicherheit werden alle Runkartoffeln vom Hersteller geschweift.