

Montag

KW 11
Dienstag

09.03.2026 bis
Mittwoch

13.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Köttbullar aus Weizenprotein in Rahm mit buntem Gemüse und Langkornreis Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf 	Spaghetti mit Gemüsebolognese (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Sellerie 	Burger mit Schnitzel auf Milchbasis, dazu Ketchup und Ofen-Pommes Gluten (Weizen, Hafer), Milch (Laktose), Eier, Sellerie, Sesam	Vollkornreis mit Bio-Mais-Feta-Sauce Gluten (Weizen), Milch (Laktose)	Kartoffeln-Blumenkohl-Karotteneintopf mit Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Laktose)
kj 583 / kcal 139 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 17,3 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 2,13 g / BE 1,4	kj 542 / kcal 129 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 19,6 g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,25 g / BE 1,6	kj 677 / kcal 162 / Fett 5,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,9 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 5,5 g / Salz 0,6 g / BE 1,9	kj 533 / kcal 127 / Fett 3,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 21,0 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 2,21 g / BE 1,8	kj 391 / kcal 93 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 15g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 3g / Salz 1,1g / BE 1,2
Vollkost				
Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Langkornreis Gluten (Weizen), Eier, Milch (Laktose), Senf 	Spaghetti mit Rinderbolognese (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Sellerie  	Putenschnitzel-Burger mit Ketchup, dazu Ofen-Pommes Senf, Eier, Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie 	Lachswürfel in Sahnesauce mit Vollkornreis Gluten (Weizen), Krebstiere, Fische, Milch (Laktose) 	Kartoffeln-Blumenkohl-Karotteneintopf mit Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Laktose)
kj 619 / kcal 148 / Fett 6,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 17,5 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 4,6 g / BE 1,5	kj 506 / kcal 121 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 20,7 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 0,86 g / BE 1,7	kj 619 / kcal 149 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 24,6 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 4,0 g / Salz 0,6 g / BE 2,1	kj 598 / kcal 143 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 18,6 g, davon Zucker 0,5 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 2,24 g / BE 1,6	kj 391 / kcal 93 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 15g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 3g / Salz 1,1g / BE 1,2
Gluten-, Lactosefrei				
Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis Sojabohnen, Sellerie, Senf	Maisgrießbrei mit Kirschragout Sojabohnen	Nudeln Bolognese 	Süßkartoffel Tikka Masala Sojabohnen	Vegetarischer Linseneintopf Sellerie
kj 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,44	kj 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3	kj 635 / kcal 152 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2	kj 499 / kcal 119 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 13,4 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,1	kj 227 / kcal 54 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 9,8 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,05 g / BE 0,8
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 12
Dienstag

16.03.2026
Mittwoch

bis

20.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Knuspriges Schnitzel auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) 1 kj 469 / kcal 112 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 16,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,3 g / BE 1,4	Bio-Gemüse-Gulasch mit Bio-Rotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen) kj 574 / kcal 137 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 19,6 g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,47	Eieromelette mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Eier, Gluten (Weizen), Milch (Lactose) kj 374 / kcal 89 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 9,0 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,46 g / BE 0,75	Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)  kj 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	Bratwurst auf Erbsenbasis mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier kj 656 / kcal 157 / Fett 8,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 5,8 g / Salz 0,57 g / BE 1,20
Vollkost				
Paniertes Hähnchenschnitzel mit Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose)  kj 683 / kcal 163 / Fett 8,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 16,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,15 g / BE 1,4	Rindergulasch mit Rotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen), Senf  kj 569 / kcal 136 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 18,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,72 g / BE 1,57	Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)  kj 455 / kcal 109 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 12,5 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,37 g / BE 1,04	Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)  kj 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Milch (Lactose) 8  kj 686 / kcal 164 / Fett 9,8 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 11,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 7,0 g / Salz 1,58 g / BE 0,99
Gluten-, Lactosefrei				
Bunter Gemüseeintopf kj 185 / kcal 44 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g, KH 5,8 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 1,0 g / Salz 1,03 g / BE 0,49	Rinderbraten in brauner Sauce, dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln kj 366 / kcal 88 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g, KH 9,0 g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,93 g / BE 0,75	Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi Senf kj 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g, KH 14,4 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,20	Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Eier, Sojabohnen kj 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis Sojabohnen kj 780 / kcal 186 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 28,6 g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 9,4 g / Salz 0,86 g / BE 2,39
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 13
Dienstag

23.03.2026 bis
Mittwoch

27.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Pizza Margherita mit Tomaten Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 1 kj 763 / kcal 182 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 25,2 g, davon Zucker 4,0 g / Eiweiß 10,3 g / Salz 1,10 g / BE 2,1	Gouda-Schnitzel auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Erbsen und Spätzle Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf 1 kj 504 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 15,5 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 0,67 g / BE 1,29	Käsespätzle mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)  1 kj 744 / kcal 178 / Fett 8,7 g, davon ges. Fettsäuren 4,9 g / KH 18,3 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,99 g / BE 1,5	Bio-Paprikarahmsauce mit Makkaroni Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 1 kj 571 / kcal 137 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 23,2g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 3,8g / Salz 0,83g / BE 1,9	Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Schwefeldioxid/Sulfite 3 kj 550 / kcal 131 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 17,5 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,20 g / BE 1,45
Vollkost				
Pizza Geflügelsalami mit Paprika Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 3, 8  kj 791 / kcal 189 / Fett 5,6g , davon ges. Fettsäuren 2,4g / KH 24,2g, davon Zucker 3g / Eiweiß 10,1g / Salz 1,4g / BE 2	Paniertes Putenschnitzel mit brauner Sauce, dazu Erbsen und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Senf  1 kj 632 / kcal 151 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 17,2 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 8,7 g / Salz 1,1 g / BE 1,4	Käsespätzle mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)  1 kj 651 / kcal 155 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 2,8 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,08 g / BE 1,5	Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie 3, 8  1 kj 708 / kcal 169 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 22,9 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 12,87 g / BE 1,91	Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Schwefeldioxid/Sulfite 3 kj 550 / kcal 131 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 17,5 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,20 g / BE 1,45
Gluten-, Lactosefrei				
Kräftiger Kartoffeleintopf Sellerie 3 kj 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,57	Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus 3 kj 511 / kcal 122 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,8 g, davon Zucker 9,7 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,49 g / BE 1,73	Linsen-Bolognese mit Gnocchi Eier, Sellerie 1 kj 541 / kcal 129 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,8 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 1,01 g / BE 1,90	Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis Sojabohnen, Sellerie, Senf 1 kj 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,44	Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis 3 kj 544 / kcal 130 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 20,0 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,34 g / BE 1,67
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 16
Dienstag

13.04.2026
Mittwoch

bis

17.04.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Nuggets auf Milchbasis mit Brokkoli und Kartoffelpüree Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) kj 435 / kcal 104 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 12,3g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 6,2g / Salz 0,87g / BE 1	Bio-Gemüse-Gulasch mit Möhren und Spirelli Gluten (Weizen) kj 447 / kcal 107 / Fett 1,6g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 19,3g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,67g / BE 1,6	Currywurst auf Erbsenbasis mit Pommes Senf 3	Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)  kj 485 / kcal 115 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 19,4g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,71g / BE 1,6	Couscousbratling mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) kj 433 / kcal 103 / Fett 4,1 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 13,7 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 2,4 g / Salz 0,71 g / BE 1,1
Vollkost				
Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 3, 8  kj 394 / kcal 94 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 11,6g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5,7g / Salz 0,81g / BE 1	Rindergulasch mit Möhren und Spirelli Gluten (Weizen), Senf  kj 550 / kcal 132 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 18,5g, davon Zucker 2g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,75g / BE 1,5	Geflügel-Currywurst mit Pommes Senf 8  kj 491 / kcal 118 / Fett 4,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 13,3g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 0,63g / BE 1,1	Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)  kj 485 / kcal 115 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 19,4g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,71g / BE 1,6	Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)  kj 455 / kcal 108 / Fett 3,5g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 12,4g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,79g / BE 1
Gluten-, Lactosefrei				
Bunter Gemüseeintopf Eier, Senf 1 kj 190 / kcal 45 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 5,8g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 1g / Salz 1,03g / BE 0,5	Rindergulasch mit Gnocchi Eier, Senf 1 kj 514 / kcal 123 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 14,3 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,28 g / BE 1,2	Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi Senf 1 kj 547 / kcal 131 / Fett 5g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 14,4g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5g / Salz 1,09g / BE 1,2	Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Eier, Sojabohnen 1 kj 475 / kcal 113 / Fett 3,8g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 15,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 3,4g / Salz 1,11g / BE 1,3	Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit bunttem Paprikareis Sojabohnen 1 kj 713 / kcal 170 / Fett 2,7 g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 28 g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 7,8g / Salz 0,5g / BE 2,3
DE-ÖKO-003				

SPEISEKARTE



Montag

KW 17
Dienstag

20.04.2026 bis
Mittwoch

24.04.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Veganes Butter Chicken auf Erbsenproteinbasis mit Möhren und Salzkartoffeln 1 kJ 399 / kcal 96 / Fett 2,0 g , davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,9 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 0,67 g / BE 1,2	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose) kJ 591 / kcal 142 / Fett 7,9g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 12,8g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,79g / BE 1,1	Käsespätzle mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)  kJ 750 / kcal 180 / Fett 8,8g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18,4g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 6,6g / Salz 0,99g / BE 1,5	Bio-Paprikarahmsauce mit Makkaroni Gluten (Weizen), Milch (Lactose) kJ 529 / kcal 127 / Fett 2,8g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 20,8g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 3,6g / Salz 0,82g / BE 1,7	Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Sulfid 3 kJ 599 / kcal 142 / Fett 7,7g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 16g, davon Zucker 5,6g / Eiweiß 1,8g / Salz 0,61g / BE 1,3
Vollkost				
Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln Milch (Lactose), Sellerie  kJ 305 / kcal 73 / Fett 2,4 g , davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 9,1 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,54 g / BE 0,8	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose) kJ 591 / kcal 142 / Fett 7,9g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 12,8g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,79g / BE 1,1	Käsespätzle mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)  kJ 750 / kcal 180 / Fett 8,8g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18,4g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 6,6g / Salz 0,99g / BE 1,5	Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 3, 8  kJ 661 / kcal 158 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 21,1g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 5,8g / Salz 0,79g / BE 1,8	Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Sulfid 3 kJ 599 / kcal 142 / Fett 7,7g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 16g, davon Zucker 5,6g / Eiweiß 1,8g / Salz 0,61g / BE 1,3
Gluten-, Lactosefrei				
Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis kJ 547 / kcal 131 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 1,34g / BE 1,7	Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus 3 kJ 511 / kcal 122 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 20,8g, davon Zucker 9,7g / Eiweiß 1,2g / Salz 0,49g / BE 1,7	Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Gnocchi Eier, Sellerie 1, 3, 8 kJ 782 / kcal 187 / Fett 10,5 g , davon ges. Fettsäuren 4,0 g / KH 17,6 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,29 g / BE 1,5	Kräftiger Kartoffeleintopf Sellerie kJ 249 / kcal 60 / Fett 2,1g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 8,9g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,93g / BE 0,7	Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis kJ 333 / kcal 80 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,9g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 1,14g / BE 1
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 18
Dienstag

27.04.2026
Mittwoch

bis

01.05.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) 	Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 	Gemüse-Burger mit Ketchup, dazu Pommes Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam 	Frikassee auf Erbsenbasis mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose) 	Falafelbällchen mit Rahmgemüse und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 
kj 422 / kcal 101 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,49g / BE 1,1	kj 635 / kcal 151 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 24,1g, davon Zucker 3,5g / Eiweiß 6,2g / Salz 1,11g / BE 2	kj 664 / kcal 158 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 25g, davon Zucker 3,6g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,69g / BE 2,1	kj 438 / kcal 105 / Fett 2g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 16,5g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5g / Salz 0,98g / BE 1,4	kj 596 / kcal 142 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 21,6g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,1g / Salz 0,99g / BE 1,8
Vollkost				
Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln Fisch, Gluten (Weizen) 	Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 	Putenschnitzel-Burger mit Ketchup, dazu Pommes Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf, Sesam 	Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose) 	Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf 
kj 422 / kcal 101 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,49g / BE 1,1	kj 635 / kcal 151 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 24,1g, davon Zucker 3,5g / Eiweiß 6,2g / Salz 1,11g / BE 2	kj 669 / kcal 159 / Fett 4g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 23,4g, davon Zucker 3,4g / Eiweiß 6,5g / Salz 0,52g / BE 2	kj 450 / kcal 107 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 16g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 5,3g / Salz 0,82g / BE 1,3	kj 573 / kcal 137 / Fett 4,6g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 15,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 7,9g / Salz 1,05g / BE 1,3
Gluten-, Lactosefrei				
Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis Senf, Sellerie 	Nudeln a la Napoli Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 	Linsen-Bolognese mit Gnocchi Eier, Sellerie 	Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis Sojabohnen 	Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 
kj 319 / kcal 76 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 9,1g, davon Zucker 22,3 / Eiweiß 5,5g / Salz 2,1g / BE 0,8	kj 573 / kcal 137 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 26,9g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 2,9g / Salz 1,13g / BE 2,2	kj 540 / kcal 129 / Fett 2,4g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 22,8g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,8g / Salz 1,01g / BE 1,9	kj 422 / kcal 101 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 15,9g, davon Zucker 0,4g / Eiweiß 4g / Salz 0,99g / BE 1,3	kj 214 / kcal 51 / Fett 1,3g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 6,4g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,2g / Salz 1,46g / BE 0,5
DE-ÖKO-003				