

SPEISEKARTE
















Montag

KW 19
Dienstag

04.05.2026 bis
Mittwoch

08.05.2026
Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Spaghetti mit Gemüsebolognese (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p> 3 </p> <p>kj 477 / kcal 114 / Fett 1,9g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 20,4g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 3,5g / Salz 1g / BE 1,7</p>	<p>Hähnchen-Dönerteller mit Sour Cream und Pommes</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3 </p> <p>kj 472 / kcal 113 / Fett 3,2g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 13,1g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 7,4g / Salz 0,67g / BE 1,1</p>	<p>Lachswürfel in Sahnesauce mit Brokkoli und Basmatireis (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kj 515 / kcal 123 / Fett 3,4g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 16,8g, davon Zucker 0,7g / Eiweiß 5,1g / Salz 0,8g / BE 1,4</p>	<p>Pizza Margherita (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 963 / kcal 229 / Fett 7g , davon ges. Fettsäuren 3g / KH 32g, davon Zucker 2g / Eiweiß 9,5g / Salz 1,1g / BE 2,7</p>	<p>Milchreis mit Apfelmus, vorweg Nudelsuppe (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 392 / kcal 93 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 15g, davon Zucker 8,1g / Eiweiß 2,3g / Salz 0,33g / BE 1,2</p>
Menülinie 2				
<p>Paniertes Hähnchenschnitzel mit Geflügeljus, dazu Basmatireis</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier, Senf</p> <p></p> <p>kj 709 / kcal 168 / Fett 7,5g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 19,6g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,65g / BE 1,6</p>	<p>Mie-Nudeln mit Sojabohnen-Mais-Paprika-Gemüse und Kokos-Currysauce</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>3</p> <p>kj 493 / kcal 118 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 2,3g / KH 15,1g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4g / Salz 1,26g / BE 1,3</p>	<p>Haferflocken-Gemüse-Rösti mit Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 582 / kcal 139 / Fett 6,1g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 15,7g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,14g / BE 1,3</p>	<p>Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p></p> <p>kj 473 / kcal 113 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 2,2g / KH 10,3g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,91g / BE 0,9</p>	<p>Putencarbonara mit Dreilindeln</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1, 2, 3, 8 </p> <p>kj 594 / kcal 142 / Fett 4,3g , davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 19,7g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,3g / Salz 0,82g / BE 1,6</p>
Vegetarisch				
<p>Spaghetti mit Gemüsebolognese (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p> 3</p> <p>kj 477 / kcal 114 / Fett 1,9g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 20,4g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 3,5g / Salz 1g / BE 1,7</p>	<p>Mie-Nudeln mit Sojabohnen-Mais-Paprika-Gemüse und Kokos-Currysauce</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>3</p> <p>kj 493 / kcal 118 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 2,3g / KH 15,1g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4g / Salz 1,26g / BE 1,3</p>	<p>Haferflocken-Gemüse-Rösti mit Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 582 / kcal 139 / Fett 6,1g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 15,7g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,14g / BE 1,3</p>	<p>Pizza Margherita (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 963 / kcal 229 / Fett 7g , davon ges. Fettsäuren 3g / KH 32g, davon Zucker 2g / Eiweiß 9,5g / Salz 1,1g / BE 2,7</p>	<p>Milchreis mit Apfelmus, vorweg Nudelsuppe (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 392 / kcal 93 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 15g, davon Zucker 8,1g / Eiweiß 2,3g / Salz 0,33g / BE 1,2</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Lachscurry mit Spirelli</p> <p>Fisch, Sojabohnen</p> <p>kj 425 / kcal 102 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 14,6g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 2,3g / Salz 1,09g / BE 1,2</p>	<p>Süßkartoffel Tikka Masala mit Langkornreis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 425 / kcal 102 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 14,6g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 2,3g / Salz 1,09g / BE 1,2</p>	<p>Nudeln Bolognese</p> <p>kj 634 / kcal 152 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 25,1g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 5,2g / Salz 1,49g / BE 2,1</p>	<p>Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>kj 431 / kcal 103 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 16,3g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,38g / BE 1,4</p>	<p>Maisgrießbrei mit Kirschrägout</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 407 / kcal 97 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 15,4g, davon Zucker 9,3g / Eiweiß 1g / Salz 0,07g / BE 1,3</p>
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 20
Dienstag

11.05.2026 bis
Mittwoch

15.05.2026
Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>kJ 570 / kcal 135 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 21,7g, davon Zucker 3,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,95g / BE 1,8</small></p>	<p>Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Rindergulasch mit Möhren und Spirelli (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p> </p> <p><small>kJ 595 / kcal 142 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 18,5g, davon Zucker 2,4g / Eiweiß 8g / Salz 0,66g / BE 1,5</small></p>	<p>Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Käse überbacken und Blattsalat mit Joghurdressing (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p><small>kJ 364 / kcal 87 / Fett 4g , davon ges. Fettsäuren 2,4g / KH 8,7g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 3,2g / Salz 0,47g / BE 0,7</small></p>
Menülinie 2				
<p>Lasagne Rinderbolognese</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p><small>kJ 552 / kcal 132 / Fett 5g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 16g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 5,1g / Salz 1,2g / BE 1,3</small></p>	<p>Geflügel-Currywurst mit Pommes</p> <p>Senf</p> <p>8 </p> <p><small>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</small></p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 788 / kcal 188 / Fett 8g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 22,3g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 6,4g / Salz 1,4g / BE 1,9</small></p>	<p>Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelrahmsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 11</p> <p><small>kJ 422 / kcal 101 / Fett 5,6g , davon ges. Fettsäuren 3g / KH 10,1g, davon Zucker 5,5g / Eiweiß 2,4g / Salz 0,27g / BE 0,8</small></p>	<p>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8 </p> <p><small>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</small></p>
Vegetarisch				
<p>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>kJ 570 / kcal 135 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 21,7g, davon Zucker 3,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,95g / BE 1,8</small></p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 788 / kcal 188 / Fett 8g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 22,3g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 6,4g / Salz 1,4g / BE 1,9</small></p>	<p>Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelrahmsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 11</p> <p><small>kJ 422 / kcal 101 / Fett 5,6g , davon ges. Fettsäuren 3g / KH 10,1g, davon Zucker 5,5g / Eiweiß 2,4g / Salz 0,27g / BE 0,8</small></p>	<p>Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Käse überbacken und Blattsalat mit Joghurdressing (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p><small>kJ 364 / kcal 87 / Fett 4g , davon ges. Fettsäuren 2,4g / KH 8,7g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 3,2g / Salz 0,47g / BE 0,7</small></p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce</p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>	<p>Bunter Gemüseeintopf</p> <p><small>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</small></p>	<p>Rindergulasch mit Gnocchi</p> <p>Eier, Senf</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi</p> <p>Senf</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>
DE-ÖKO-003				

SPEISEKARTE










Montag

KW 21
Dienstag

18.05.2026 bis
Mittwoch

22.05.2026
Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Käsespätzle mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Rotes Rindfleischcurry mit Penne (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sesam</p> <p> </p> <p>kj 675 / kcal 160 / Fett 3,5g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 25,2g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 6g / Salz 0,68g / BE 2,1</p>	<p>Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffeln (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 404 / kcal 96 / Fett 4,7g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 8,4g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 4,5g / Salz 0,46g / BE 0,7</p>	<p>Tomatensauce mit Spaghetti und Gouda (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 482 / kcal 114 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 17,4g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,2g / Salz 1g / BE 1,4</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 469 / kcal 112 / Fett 1,6g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 18,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,93g / BE 1,5</p>
Menülinie 2				
<p>Indian Butter Chicken mit Langkornreis</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 497 / kcal 118 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 17,1g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 6,6g / Salz 1,19g / BE 1,4</p>	<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>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</p>	<p>Mildes Lachscurry mit Paprika, Kokosmilch, dazu Brokkoli und Schmetterlingsnudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Sojabohnen</p> <p>3 </p> <p>kj 544 / kcal 127 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 18,7g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 6g / Salz 0,56g / BE 1,6</p>	<p>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Sulfite</p> <p>3</p> <p>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</p>
Vegetarisch				
<p>Käsespätzle mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>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</p>	<p>Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffeln (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 404 / kcal 96 / Fett 4,7g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 8,4g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 4,5g / Salz 0,46g / BE 0,7</p>	<p>Tomatensauce mit Spaghetti und Gouda (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 482 / kcal 114 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 17,4g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,2g / Salz 1g / BE 1,4</p>	<p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Sulfite</p> <p>3</p> <p>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</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis</p> <p>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</p>	<p>Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis</p> <p>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</p>	<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p>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</p>	<p>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Gnocchi</p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>1, 3, 8</p> <p>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</p>	<p>Kräftiger Kartoffeleintopf</p> <p>Sellerie</p> <p>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</p>
DE-ÖKO-003				

SPEISEKARTE



Montag













KW 22
Dienstag

25.05.2026
Mittwoch

bis

29.05.2026
Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Pfannkuchen mit Kirschgout und Vanillesauce, vorweg Karottencremesuppe (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 580 / kcal 139 / Fett 6,6g, davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 16,1g, davon Zucker 4,3g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,5g / BE 1,3</p>	<p>Mac and Cheese (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 790 / kcal 189 / Fett 6,8 g, davon ges. Fettsäuren 3,5 g / KH 24,3 g, davon Zucker 0,4 g / Eiweiß 7,4 g / Salz 0,68 g / BE 2,0</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Möhren und Basmatireis (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kJ 478 / kcal 114 / Fett 2,5g, davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 17,2g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 4,8g / Salz 0,56g / BE 1,4</p>	<p>Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</p> <p>Fisch, Gluten (Weizen)</p> <p></p> <p>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</p>
Menülinie 2				
<p>Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Putenschnitzel-Burger mit Ketchup, dazu Pommes</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf, Sesam</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Lauch-Käse-Suppe mit Hackfleisch-Alternative aus Sonnenblumenkernen, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p>1</p> <p>kJ 562 / kcal 134 / Fett 6,3g, davon ges. Fettsäuren 3,3g / KH 14,8g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,2g / Salz 1,27g / BE 1,2</p>	<p>Rinderlahmacun mit Salat und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 840 / kcal 200 / Fett 8g, davon ges. Fettsäuren 1,5g / KH 23,3g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 8,6g / Salz 1,11g / BE 1,9</p>	<p>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurt dressing</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3</p> <p>kJ 514 / kcal 122 / Fett 2,9g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 17,8g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,69g / BE 1,5</p>
Vegetarisch				
<p>Pfannkuchen mit Kirschgout und Vanillesauce, vorweg Karottencremesuppe (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 580 / kcal 139 / Fett 6,6g, davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 16,1g, davon Zucker 4,3g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,5g / BE 1,3</p>	<p>Mac and Cheese (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 790 / kcal 189 / Fett 6,8 g, davon ges. Fettsäuren 3,5 g / KH 24,3 g, davon Zucker 0,4 g / Eiweiß 7,4 g / Salz 0,68 g / BE 2,0</p>	<p>Lauch-Käse-Suppe mit Hackfleisch-Alternative aus Sonnenblumenkernen, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p>1</p> <p>kJ 562 / kcal 134 / Fett 6,3g, davon ges. Fettsäuren 3,3g / KH 14,8g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,2g / Salz 1,27g / BE 1,2</p>	<p>Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Frikassee auf Erbsenbasis mit Möhren und Vollkornreis</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>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</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</p> <p>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</p>	<p>Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis</p> <p>Senf, Sellerie</p> <p>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</p>	<p>Nudeln a la Napoli</p> <p>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</p>	<p>Linsen-Bolognese mit Gnocchi</p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>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</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>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</p>
DE-ÖKO-003				