

SPEISEKARTE



KW 23
Dienstag

01.06.2026 bis
Mittwoch

05.06.2026
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch

<p>Milchreis mit Apfelragout, vorweg Nudelsuppe mit Erbsen und Pastinaken</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>3, 11</p> <p>kJ 335 / kcal 80 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 9,4 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 1,7 g / Salz 0,25 g / BE 0,8</p>	<p>Pizza Margherita mit Tomaten</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kJ 747 / kcal 177 / Fett 4,2g, davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 24,1g, davon Zucker 4,6g / Eiweiß 9,4g / Salz 0,89g / BE 2</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>Vollkornspirelli mit Tomatensauce und Erbsen, dazu Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 448 / kcal 107 / Fett 1,5g, davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 18,3g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,71g / BE 1,5</p>
--	---	---	---	---

Vollkost

<p>Putencarbonara mit Makkaroni</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>	<p>Lachswürfel in Sahnesauce mit Brokkoli und Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 436 / kcal 104 / Fett 3,5g, davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 13,7g, davon Zucker 0,5g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,88g / BE 1,1</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>Spaghetti mit Rinderbolognese</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p></p> <p>kJ 478 / kcal 113 / Fett 2,6g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 17,4g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 5g / Salz 1,09g / BE 1,4</p>	<p>Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie,</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>
---	--	---	--	---

Vegetarische Alternative

<p>Räuchertofu-Veggiecara mit Makkaroni</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>kJ 533 / kcal 127 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 19,8g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,76g / BE 1,6</p>	<p>Langkornreis mit Bio-Mais-Feta-Sauce und Brokkoli</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 416 / kcal 99 / Fett 2,9g, davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 15,7g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 2,5g / Salz 0,83g / BE 1,3</p>	<p>Falafel-Dönerteller mit Sour Cream und Pommes</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 543 / kcal 130 / Fett 3,3g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 19,5g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,55g / BE 1,6</p>	<p>Spaghetti mit Gemüse-Bolognese</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie</p> <p>kJ 463 / kcal 109 / Fett 2,7g, davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 17,2g, davon Zucker 2,4g / Eiweiß 4,1g / Salz 1,02g / BE 1,4</p>	<p>Köttbullar aus Weizenprotein in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sojabohnen</p> <p>kJ 438 / kcal 104 / Fett 4,9g, davon ges. Fettsäuren 1g / KH 10,4g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 4,1g / Salz 1,03g / BE 0,9</p>
--	---	--	--	---

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE



KW 23
Dienstag

01.06.2026 bis
Mittwoch

05.06.2026
Donnerstag

Freitag

Montag

Gluten-, Lactosefrei

<p>Maisgrießbrei mit Kirschragout</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>	<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>
---	--	--	--	--

Salat

<p>Möhrensticks</p> <p>kJ 163 / kcal 38 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 6,8g, davon Zucker 6,3g / Eiweiß 0,8g / Salz 0,05g / BE 0,6</p>	<p>Gemüesticks</p> <p>kJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p>Blattsalat mit Zitronenvinaigrette</p> <p>kJ 174 / kcal 41 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2</p>	<p>Gurkensticks</p> <p>kJ 58 / kcal 13 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 1,8g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 0,7g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p>Gemischter Salat mit Joghurdressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 214 / kcal 50 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 3,7g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 1,3g / Salz 0,81g / BE 0,3</p>
--	---	--	--	---

Dessert

<p>Obstkorb</p> <p>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>	<p>Milchpudding Butterkeks</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 333 / kcal 79 / Fett 1,5g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 13g, davon Zucker 10g / Eiweiß 3,1g / Salz 0,18g / BE 1,1</p>	<p>Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kJ 451 / kcal 107 / Fett 3 g , davon ges. Fettsäuren 2 g / KH 16,5 g, davon Zucker 16,4 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,13 g / BE 1,4</p>	<p>Pudding Karamell</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 g , davon ges. Fettsäuren 4,0 g / KH 17 g, davon Zucker 13 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,23 g / BE 1,4</p>	<p>Obstkorb</p> <p>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>
---	---	---	--	---

DE-ÖKO-003

SPEISEKARTE



KW 24
Dienstag

08.06.2026 bis
Mittwoch

12.06.2026
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch

<p>Karotten-Kohlrabi-Kartoffelgratin mit Blattsalat und Joghurtdressing</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>1, 3</p> <p>kJ 315 / kcal 75 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 7,9g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,96g / BE 0,7</p>	<p>Tortellini mit Tomaten-Karottenfüllung, dazu Tomatensauce und Erbsen</p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p>1</p> <p>kJ 505 / kcal 121 / Fett 2,7g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 19,7g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,1g / Salz 0,84g / BE 1,6</p>	<p>Schupfnudeln mit Käserahmsauce und Brokkoli</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p>kJ 520 / kcal 125 / Fett 3,9g, davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 17,8g, davon Zucker 2,8g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,97g / BE 1,5</p>	<p>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p>kJ 538 / kcal 129 / Fett 4g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 19,3g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 3,5g / Salz 1,24g / BE 1,6</p>	<p>Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelrahmsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 11</p> <p>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</p>
--	---	---	--	---

Vollkost

<p>Geflügel-Currywurst mit Pommes</p> <p>Senf</p> <p>8 </p> <p>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</p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p>8</p> <p>kJ 738 / kcal 176 / Fett 6,5g, davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 22,2g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 7g / Salz 1,38g / BE 1,8</p>	<p>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p> <p>8 </p> <p>kJ 457 / kcal 108 / Fett 3,7g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 11,9g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,49g / BE 1</p>	<p>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8 </p> <p>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</p>	<p>Rindergulasch mit Möhren und Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Senf</p> <p>8 </p> <p>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</p>
--	---	---	--	--

Vegetarische Alternative

<p>Currywurst auf Erbsenbasis mit Pommes</p> <p>Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 439 / kcal 105 / Fett 2,9g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 14,6g, davon Zucker 3,5g / Eiweiß 4,6g / Salz 1,55g / BE 1,2</p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 738 / kcal 176 / Fett 6,5g, davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 22,2g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 7g / Salz 1,38g / BE 1,8</p>	<p>Couscousbratling mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 433 / kcal 103 / Fett 4,1g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 13,7g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 2,4g / Salz 0,71g / BE 1,1</p>	<p>Nuggets auf Milchbasis mit Brokkoli und Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>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</p>	<p>Bio-Gemüse-Gulasch mit Möhren und Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p>3</p> <p>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</p>
---	---	--	---	---

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE



Montag

KW 24
Dienstag

08.06.2026 bis
Mittwoch

12.06.2026
Donnerstag

Freitag

Gluten-, Lactosefrei

<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>	<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>
---	--	---	---	---

Salat

<p>Gemüsesticks</p> <p><small>kJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</small></p>	<p>Bunter Salat mit Balsamicodressing</p> <p>Senf, Sulfit</p> <p>3</p> <p><small>kJ 127 / kcal 30 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 2,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,24g / BE 0,2</small></p>	<p>Eisbergsalat mit Zitronenvinaigrette</p> <p><small>kJ 174 / kcal 41 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2</small></p>	<p>Paprikasticks</p> <p><small>kJ 58 / kcal 13 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 1,8g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 0,7g / Salz 0g / BE 0,2</small></p>	<p>Gemischter Salat mit Joghurdressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p><small>kJ 133 / kcal 31 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 2,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,26g / BE 0,2</small></p>
---	--	---	--	--

Dessert

<p>Buttermilchdessert Mango</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 238 / kcal 56 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 8,9g, davon Zucker 7,8g / Eiweiß 1,4g / Salz 0,06g / BE 0,7</small></p>	<p>Obstkorb</p> <p><small>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</small></p>	<p>Milchpudding Vanille</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 g , davon ges. Fettsäuren 1 g / KH 13 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</small></p>	<p>Fruchtjoghurt Erdbeere</p> <p>Milch (Laktose)</p> <p><small>kJ 451 / kcal 107 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 2g / KH 16,5g, davon Zucker 16,4g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,13g / BE 1,4</small></p>	<p>Obstkorb</p> <p><small>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</small></p>
--	--	--	---	--

DE-ÖKO-003

SPEISEKARTE



KW 25
Dienstag

15.06.2026 bis
Mittwoch

19.06.2026
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch				
<p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Sulfit</p> <p>3</p> <p><small>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</small></p>	<p>Vollkornspirelli mit Linsen-Bolognese und Gouda, dazu Gurkensticks</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 517 / kcal 123 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,91g / BE 1,7</small></p>	<p>Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sellerie</p> <p><small>kJ 550 / kcal 131 / Fett 4,4g , davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 18,4g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,29g / BE 1,5</small></p>	<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p><small>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</small></p>	<p>Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 373 / kcal 88 / Fett 4,1g , davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 9,6g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,49g / BE 0,8</small></p>
Vollkost				
<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 768 / kcal 183 / Fett 9,7g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,9g / Salz 1,06g / BE 1,5</small></p>	<p>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Mildes Lachscurry mit Paprika, Kokosmilch, dazu Brokkoli und Schmetterlingsnudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Sojabohnen</p> <p>3 </p> <p><small>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</small></p>	<p>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3,8 </p> <p><small>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</small></p>
Vegetarische Alternative				
<p>Süßkartoffel-Tikka-Masala, dazu Erbsen mit Langkornreis</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>kJ 482 / kcal 114 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,6g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,8g / Salz 0,93g / BE 1,6</small></p>	<p>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 768 / kcal 183 / Fett 9,7g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,9g / Salz 1,06g / BE 1,5</small></p>	<p>Mildes Curry mit Tomaten-Kokossauce und Veggiestreifen, dazu Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>	<p>Vegetarische Carbonara mit Tofu und Brokkoli, dazu Schmetterlingsnudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p><small>kJ 455 / kcal 109 / Fett 2,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 18g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,9g / BE 1,5</small></p>	<p>Bio-Paprikarahmsauce mit Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>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</small></p>

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE



Montag

KW 25
Dienstag

15.06.2026 bis
Mittwoch

19.06.2026
Donnerstag

Freitag

Gluten-, Lactosefrei

<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>	<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 17,6g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,29 g / BE 1,5</p>
--	---	--	--	--

Salat

<p>Gemischter Salat mit Kräuterdressing</p> <p>Senf, Sulfid</p> <p>3, 11</p> <p>kj 318 / kcal 76 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g, KH 9,0 g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 2,1 g / Salz 0,84 g / BE 0,75</p>	<p>Gemüsesticks</p> <p>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p>Gemischter Salat mit Joghurdressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kj 144 / kcal 34 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 1,9g, davon Zucker 2g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,26g / BE 0,2</p>	<p>Bunter Salat mit Mais und American-Dressing</p> <p>Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p>kj 314 / kcal 75 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 7,1 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,27 g / BE 0,59</p>	<p>Gemüsesticks</p> <p>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>
---	--	---	--	--

Dessert

<p>Obstkorb</p> <p>kj 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>	<p>Milchpudding Schokolade</p> <p>Milch (Laktose)</p> <p>kj 350 / kcal 83 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</p>	<p>Heidelbeerjoghurt</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 409 / kcal 97 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 2,1g / KH 12,9g, davon Zucker 12,1g / Eiweiß 3,9g / Salz 0,12g / BE 1,1</p>	<p>Milchpudding Butterkeks</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 333 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</p>	<p>Obstkorb</p> <p>kj 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>
---	---	--	--	---

DE-ÖKO-003

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE



KW 26
Dienstag

22.06.2026 bis
Mittwoch

26.06.2026
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch				
<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>Mac and Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsenbasis), dazu Möhrensticks</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>1</p> <p>kj 510 / kcal 122 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 2,2g / KH 17,8g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,75g / BE 1,5</p>	<p>American Pancakes mit Roter Grütze und Vanillesauce, vorweg Brokkolicremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>1</p> <p>kj 687 / kcal 163 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 22,9g, davon Zucker 11,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,52g / BE 1,9</p>	<p>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurtdressing</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>	<p>Spaghetti mit Paprika-Sellerie-Karotten-Bolognese, dazu Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Milch (Laktose)</p> <p>1</p> <p>kj 491 / kcal 116 / Fett 3,4g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 16,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,6g / Salz 1,05g / BE 1,4</p>
Vollkost				
<p>Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>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</p>	<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>Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</p> <p>Fisch, Gluten (Weizen)</p> <p></p> <p>kj 418 / kcal 99 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,6g / Salz 0,24g / BE 1,1</p>	<p>Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks</p> <p>Gluten (Weizen), Eier</p> <p>kj 466 / kcal 111 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,9g, davon Zucker 3g / Eiweiß 3,7g / Salz 0,54g / BE 1,6</p>	<p>Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam</p> <p></p> <p>kj 639 / kcal 152 / Fett 4 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,8 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,58 g / BE 1,9</p>
Vegetarische Alternative				
<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>	<p>Falafelbällchen mit Rahmgemüse und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>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</p>	<p>Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 412 / kcal 98 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 12,5g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 5,2g / Salz 0,58g / BE 1</p>	<p>Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks</p> <p>Gluten (Weizen), Eier</p> <p>kj 466 / kcal 111 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,9g, davon Zucker 3g / Eiweiß 3,7g / Salz 0,54g / BE 1,6</p>	<p>Gemüse-Burger mit Ketchup, dazu Pommes</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam</p> <p>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</p>

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE



Montag

KW 26
Dienstag

22.06.2026 bis
Mittwoch

26.06.2026
Donnerstag

Freitag

Gluten-, Lactosefrei

<p>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>	<p>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis</p> <p>Senf, Sellerie</p> <p><small>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</small></p>	<p>Nudeln a la Napoli</p> <p><small>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</small></p>	<p>Linsen-Bolognese mit Gnocchi</p> <p>Eier, Sellerie</p> <p><small>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</small></p>
---	---	---	---	---

Salat

<p>Gemischter Salat mit Joghurtdressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p><small>kJ 214 / kcal 50 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 3,7g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 1,3g / Salz 0,81g / BE 0,3</small></p>	<p>Gemügesticks</p> <p><small>kJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</small></p>	<p>Bunter Salat mit Italian-Dressing</p> <p>Sulfit/Schwefeldioxid</p> <p>3</p> <p><small>kJ 165 / kcal 39 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 1,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,45 g / BE 0,11</small></p>	<p>Gemügesticks</p> <p><small>kJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</small></p>	<p>Salat mit Zitronendressing</p> <p><small>kJ 174 / kcal 41 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2</small></p>
---	---	--	---	---

Dessert

<p>Fruchtjoghurt Erdbeere</p> <p>Milch (Laktose)</p> <p><small>kJ 451 / kcal 107 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 2g / KH 16,5g, davon Zucker 16,4g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,13g / BE 1,4</small></p>	<p>Milchpudding Vanille</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 13g, davon Zucker 10g / Eiweiß 3,2g / Salz 0,18g / BE 1,1</small></p>	<p>Obstkorb</p> <p><small>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</small></p>	<p>Buttermilchdessert Mango</p> <p>Milch</p> <p><small>kJ 379 / kcal 91 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 12 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,13 g / BE 1,0</small></p>	<p>Obstkorb</p> <p><small>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</small></p>
---	--	--	---	--

DE-ÖKO-003