

Montag	KW 35 Dienstag	24.08.2026 Mittwoch	bis 28.08.2026 Donnerstag	Freitag
Vegetarisch				
Mie-Nudeln mit Sojabohnen-Mais-Paprika-Gemüse und Kokos-Currysauce Gluten (Weizen), Sojabohnen 3 kJ 540 / kcal 129 / Fett 6g , davon ges. Fettsäuren 1,9g / KH 13,2g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 5,6g / Salz 1,15g / BE 1,1	Haferflocken-Gemüse-Rösti mit Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie 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	Vollkornspirelli mit Tomatensauce und Erbsen, dazu Gouda Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 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	Milchreis mit Apfelragout, vorweg Nudelsuppe mit Erbsen und Pastinaken Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 3, 11 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	Pizza Margherita mit Tomaten Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 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
Vollkost				
Hähnchen-Dönerteller mit Sour-Cream und Pommes Milch (Lactose) 3  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	Spaghetti mit Rinderbolognese Gluten (Weizen), Sellerie  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	Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf  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	Putencarbonara mit Makkaroni Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 1, 2, 3, 8  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	Lachswürfel in Sahnesauce mit Brokkoli und Langkornreis Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)  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
Vegetarische Alternative				
Falafel-Dönerteller mit Sour Cream und Pommes Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 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	Spaghetti mit Gemüse-Bolognese Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie 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	Köttbullar aus Weizenprotein in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln Gluten (Weizen), Senf, Sojabohnen 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	Räuchertofu-Veggienara mit Makkaroni Gluten (Weizen), Sojabohnen 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	Langkornreis mit Bio-Mais-Feta-Sauce und Brokkoli Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 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
Gluten-, Lactosefrei				
Süßkartoffel Tikka Masala mit Langkornreis Sojabohnen 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	Nudeln Bolognese 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	Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis Sojabohnen, Sellerie, Senf 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	Maisgrießbrei mit Kirschragout Sojabohnen 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	Lachscurry mit Spirelli Fisch, Sojabohnen 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
Wenn im Hauptgericht keine Gemüsebeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.				

KW 36 31.08.2026 bis 04.09.2026				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch				
Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose) 3, 11 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	Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelrahmsuppe Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 3, 11 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	Karotten-Kohlrabi-Kartoffelgratin mit Blattsalat und Joghurtdressing Milch (Lactose), Sellerie 1, 3 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	Tortellini mit Tomaten-Karottenfüllung, dazu Tomatensauce und Erbsen Gluten (Weizen) 1 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	Schupfnudeln mit Käserahmsauce und Brokkoli Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 1 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
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 8 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	Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose) 8 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	Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose) 8 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
Vegetarische Alternative				
Nuggets auf Milchbasis mit Brokkoli und Kartoffelpüree Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) 3 kj 435 / kcal 104 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 12,3g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 1g / Salz 1,03g / BE 0,5	Bio-Gemüse-Gulasch mit Möhren und Spirelli Gluten (Weizen) 3 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 kj 439 / kcal 105 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 14,6g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5g / Salz 1,55g / BE 1,2	Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose) 3 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	Couscousbratling mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 3 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
Gluten-, Lactosefrei				
Bunter Gemüse Eintopf 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 buntem 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
Wenn im Hauptgericht keine Gemüsebeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.				

Montag	KW 37 Dienstag	07.09.2026 Mittwoch	bis 11.09.2026 Donnerstag	Freitag
Vegetarisch				
Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Langkornreis Gluten (Weizen), Senf, Sellerie 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	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	Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 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	Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Sulfit 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	Vollkornspirelli mit Linsen-Bolognese und Gouda, dazu Gurkensticks Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose) 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
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	Mildes Lachscurry mit Paprika, Kokosmilch, dazu Brokkoli und Schmetterlingsnudeln Gluten (Weizen), Fisch, Sojabohnen 3 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	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	Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis Milch (Lactose) 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	Käsespätzle mit Röstzwiebeln Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose) 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
Vegetarische Alternative				
Mildes Curry mit Tomaten-Kokossauce und Veggistreifen, dazu 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	Vegetarische Carbonara mit Tofu und Brokkoli, dazu Schmetterlingsnudeln Gluten (Weizen), Sojabohnen 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	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	Süßkartoffel-Tikka-Masala, dazu Erbsen mit Langkornreis Sojabohnen 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	Käsespätzle mit Röstzwiebeln Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose) 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
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
Wenn im Hauptgericht keine Gemüsebeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.				

KW 38 14.09.2026 bis 18.09.2026				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vegetarisch				
Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurtdressing Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie 3 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	Spaghetti mit Paprika-Sellerie-Karotten-Bolognese, dazu Gouda Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Milch (Lactose) 1 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	Lauch-Käse-Suppe mit Hackfleisch-Alternative aus Sonnenblumenkernen, dazu Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Sellerie, Senf 1 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	Mac and Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsenbasis), dazu Möhrensticks Gluten (Weizen), Sojabohnen 1 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	American Pancakes mit Roter Grütze und Vanillesauce, vorweg Brokkolicremesuppe Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie 1 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
Vollkost				
Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks Gluten (Weizen), Eier 1 kJ 378 / kcal 90 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 15,4g, davon Zucker 3,9g / Eiweiß 3g / Salz 0,39g / BE 1,3	Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam 1 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	Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose) 1 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	Putenfrikadelle mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Senf 1 kJ 517 / kcal 123 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 13,0g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 7,4g / Salz 1,05g / BE 1,1	Paniertes Seelachsfilet mit Dillsauce, dazu Erbsen und Möhren und Salzkartoffeln Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 1 kJ 388 / kcal 100 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,8g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 4,1g / Salz 0,63g / BE 1,0
Vegetarische Alternative				
Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks Gluten (Weizen), Eier 1 kJ 378 / kcal 90 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 15,4g, davon Zucker 3,9g / Eiweiß 3g / Salz 0,39g / BE 1,3	Gemüse-Burger mit Ketchup, dazu Pommes Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam 1 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	Frikassee auf Erbsenbasis mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose) 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	Falafelbällchen mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Senf 1 kJ 543 / kcal 129 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 18,6g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 5,5 g / Salz 1,04g / BE 1,6	Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Dillsauce, dazu Erbsen und Möhren und Salzkartoffeln Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) 1 kJ 379 / kcal 98 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,1g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,71g / BE 0,9
Gluten-, Lactosefrei				
Nudeln a la Napoli Eier, Sellerie 1 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	Linsen-Bolognese mit Gnocchi Eier, Sellerie 1 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	Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis Sojabohnen 1 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	Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln Eier, Sellerie 1 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	Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis Senf, Sellerie 1 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
Wenn im Hauptgericht keine Gemüsebeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.				