

Montag

KW 11
Dienstag

09.03.2026 bis
Mittwoch

13.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Köttbullar aus Weizenprotein in Rahm mit buntem Gemüse und Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf</p> <p></p> <p>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</p>	<p>Linsentaler mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 477 / kcal 113 / Fett 3,5g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 16,2g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,35g / BE 1,3</p>	<p>Milchreis mit Apfelmus, vorweg Nudelsuppe</p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p>3, 11</p> <p>kj 335 / kcal 80 / Fett 4,0g, 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 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</p>	<p>Räuchertofu-VeggieNara mit Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>kj 522 / kcal 125 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 19,5 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,82 g / BE 1,6</p>
Vollkost				
<p>Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>kj 619 / kcal 148 / Fett 6,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 4,6 g / BE 1,5</p>	<p>Linsentaler mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 477 / kcal 113 / Fett 3,5g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 16,2g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,35g / BE 1,3</p>	<p>Milchreis mit Apfelmus, vorweg Nudelsuppe</p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p>3, 11</p> <p>kj 335 / kcal 80 / Fett 4,0g, 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 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</p>	<p>Putencarbonara mit Drellinudeln</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1, 2, 3, 8 </p> <p>kj 613 / kcal 125146 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 19,7 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,84 g / BE 1,6</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Rinderhaschee mit Karotten-Erbsegemüse und Reis</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>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</p>	<p>Maisgrießbrei mit Kirschragout</p> <p>Sojabohnen</p> <p>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</p>	<p>Nudeln Bolognese</p> <p>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</p>	<p>Süßkartoffel Tikka Masala</p> <p>Sojabohnen</p> <p>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</p>	<p>Vegetarischer Linseneintopf</p> <p>Sellerie</p> <p>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</p>
Dessert/Beilagensalat				
<p>Täglich angeboten werden ein Dessert und ein Beilagensalat oder Gemüserohkost saisonal ausgerichtet Frisches Obst / verschiedene Joghurtsorten / Puddings / Bunte Rohkostauswahl / verschiedene Salate</p>				
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 12
Dienstag

16.03.2026 bis
Mittwoch

20.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Knuspriges Schnitzel auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Joghurt-Dip</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p><small>kJ 601 / kcal 144 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 19,0 g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 7,7 g / Salz 0,97 g / BE 1,58</small></p>	<p>Eieromelette mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Eier, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>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</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 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</small></p>	<p>Schupfnudeln mit Käserahmsauce und Brokkoli</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p><small>kJ 574 / kcal 137 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g 7 KH 17,6 g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,47</small></p>
Vollkost				
<p>Paniertes Hähnchenschnitzel mit Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Joghurt-Dip</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p><small>kJ 601 / kcal 144 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 19,0 g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 7,7 g / Salz 0,97 g / BE 1,58</small></p>	<p>Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>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</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 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</small></p>	<p>Schupfnudeln mit Käserahmsauce und Brokkoli</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p><small>kJ 574 / kcal 137 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g 7 KH 17,6 g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,47</small></p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Bunter Gemüseeintopf</p> <p><small>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</small></p>	<p>Rinderbraten in brauner Sauce, dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi</p> <p>Senf</p> <p><small>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</small></p>	<p>Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce</p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>
Dessert/Beilagensalat				
<p>Täglich angeboten werden ein Dessert und ein Beilagensalat oder Gemüserohkost saisonal ausgerichtet</p> <p>Frisches Obst / verschiedene Joghurtsorten / Puddings / Bunte Rohkostauswahl / verschiedene Salate</p>				
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 13
Dienstag

23.03.2026 bis
Mittwoch

27.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Pizza Margherita mit Tomaten</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>1</p> <p></p> <p><small>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</small></p>	<p>Gouda-Schnitzel auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Erbsen und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>	<p>Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Basmatireis (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel)</p> <p>1</p> <p></p> <p><small>kJ 563 / kcal 135 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 25,2 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,04 g / BE 2,1</small></p>	<p>Bio-Paprikarahmsauce mit Makkaroni</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>	<p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Schwefeldioxid/Sulfit</p> <p>3</p> <p><small>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</small></p>
Vollkost				
<p>Pizza Geflügelsalami mit Paprika</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>3, 8 </p> <p><small>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</small></p>	<p>Paniertes Putenschnitzel mit brauner Sauce, dazu Erbsen und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Senf</p> <p>3 </p> <p><small>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</small></p>	<p>Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Basmatireis (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel)</p> <p>1</p> <p></p> <p><small>kJ 563 / kcal 135 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 25,2 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,04 g / BE 2,1</small></p>	<p>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8 </p> <p><small>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</small></p>	<p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Schwefeldioxid/Sulfit</p> <p>3</p> <p><small>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</small></p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Kräftiger Kartoffeleintopf</p> <p>Sellerie</p> <p>3</p> <p><small>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</small></p>	<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p><small>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</small></p>	<p>Linsen-Bolognese mit Gnocchi</p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>	<p>Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>1</p> <p><small>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</small></p>	<p>Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis</p> <p>3</p> <p><small>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</small></p>
Dessert/Beilagensalat				
<p>Täglich angeboten werden ein Dessert und ein Beilagensalat oder Gemüserohkost saisonal ausgerichtet Frisches Obst / verschiedene Joghurtsorten / Puddings / Bunte Rohkostauswahl / verschiedene Salate</p>				
DE-ÖKO-003				

Montag

KW 14
Dienstag

30.03.2026 bis
Mittwoch

03.04.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Spaghetti mit Gemüse-Bolognese, dazu Gouda (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p>  <p>kj 487 / kcal 116 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 15,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,91g / BE 1,3</p>	<p>American Pancakes mit Vanillesauce, vorweg Karottencremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 801 / kcal 191 / Fett 8,4g, davon ges. Fettsäuren 2,5g / KH 23,9g, davon Zucker 12,6g / Eiweiß 4,4g / Salz 0,62g / BE 2</p>	<p>Falafelbällchen mit Langkornreis und Sour Cream</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 685 / kcal 163 / Fett 6g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 21,4g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,3g / Salz 1,08g / BE 1,8</p>	<p>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurdressing</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Milch (Lactose), Eier, Sellerie</p> <p>3</p> <p>kj 507 / kcal 121 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,2 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 6,0 g / Salz 0,45 g / BE 1,43</p>	<p>Feiertag</p>
Vollkost				
<p>Spaghetti mit Gemüse-Bolognese, dazu Gouda (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p>  <p>kj 487 / kcal 116 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 15,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,91g / BE 1,3</p>	<p>American Pancakes mit Vanillesauce, vorweg Karottencremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 801 / kcal 191 / Fett 8,4g, davon ges. Fettsäuren 2,5g / KH 23,9g, davon Zucker 12,6g / Eiweiß 4,4g / Salz 0,62g / BE 2</p>	<p>Putengyrospfanne mit Langkornreis und Sour Cream</p> <p>Milch (Lactose)</p>  <p>kj 582 / kcal 138 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 14g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 7,4g / Salz 0,86g / BE 1,2</p>	<p>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurdressing</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Milch (Lactose), Eier, Sellerie</p> <p>3</p> <p>kj 507 / kcal 121 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,2 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 6,0 g / Salz 0,45 g / BE 1,43</p>	<p>Feiertag</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis</p> <p>kj 349 / kcal 83 / Fett 2,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,0 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,94 g / BE 1,17</p>	<p>Nudeln a la Napoli</p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 26,9 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,13 g / BE 2,24</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,49</p>	<p>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</p> <p>kj 230 / kcal 55 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 4,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,42 g / BE 0,40</p>	<p>Feiertag</p>
Dessert/Beilagensalat				
<p>Täglich angeboten werden ein Dessert und ein Beilagensalat oder Gemüserohkost saisonal ausgerichtet Frisches Obst / verschiedene Joghurtsorten / Puddings / Bunte Rohkostauswahl / verschiedene Salate</p>				
DE-ÖKO-003				