

So viel mehr als nur Essen.
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

Menüplan für KW 37 von 07.09.2026 bis 13.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 07.09.2026	Königinsuppe	BIO Gemüsegulasch dazu BIO Vollkorn-Fusilli  	Geflügel-Würstchengulasch in Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Mischgemüse 	Gulaschsuppe (Rind) dazu ein BIO Knusperbrötchen 	Spätzle Auflauf mit Spinat 	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne
Dienstag, 08.09.2026	Selleriecremesuppe	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Raumsauce dazu BIO Knöpfe und Karottensalat  	Ein Hokifilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse 	Straßburger Wurstsalat (Schwein) mit Bratkartoffeln 	Acht Falafel Bällchen mit Langkornreis dazu Zitronen-Dip und Karottensalat 	Milchpudding Vanille
Mittwoch, 09.09.2026	Champignonrahmsuppe	Fünf Fischstäbchen paniert mit Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen)  	Kartoffelaufbau mit Rinderhack und Zucchini dazu Gurkensalat 	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in Zwiebelsauce dazu Bohngengemüse 	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack 	Nuss-Nougat Pudding
Donnerstag, 10.09.2026	Tomatencremesuppe	Ein Spinat-Dinkel- Knusperplätzchen paniert dazu Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln  	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit Paprikasauce dazu Eierknöpfe und ZucchiniGemüse 	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu Hörnchennudeln und Rote-Bete-Salat 	Chili sin Carne dazu ein BIO Knusperbrötchen 	Früchtequark Kirsche
Freitag, 11.09.2026	Zucchini-cremesuppe	Acht Vegane Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat  	Chili con Carne (Rind) mit BIO Basmati-Reis dazu Mais-Paprikasalat 	Eine Currywurst (Schwein) in pikanter Sauce dazu Wedges und Bohngengemüse 	Bandnudeln mit Möhrenragout dazu Blattsalat mit Kräuter dressing 	Erdbeerrjoghurt
Samstag, 12.09.2026	8-Kräutersüppchen		Eine Scheibe Fleischkäse in Geflügelrahmsauce dazu Kartoffelsalat 	Gemüseeeintopf 		Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja
Sonntag, 13.09.2026	Blumenkohlcremesuppe		Eine Scheibe Sauerbraten (Rind) in feiner Sauce dazu Eierspätzle und Karottengemüse 	Eine Paprika 'Vital' gefüllt dazu Kräutersauce und BIO Basmati-Reis 		Pudding Latte-Macchiato

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 37 von 07.09.2026 bis 13.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 07.09.2026	Königinsuppe A,A1,A3,G,I	BIO Gemüsegulasch dazu G,I BIO Vollkorn-Fusilli A,A1	Geflügel-Würstchengulasch A,A1,G,I in Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Mischgemüse G,I,1,2	Gulaschsuppe (Rind) A,A1,A3,G,I dazu ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Spätzle Auflauf mit Spinat A,A1,A3,C,G,I	Buttermilch Dessert G Vanilla-Birne
Dienstag, 08.09.2026	Selleriecremesuppe A,A1,A3,G,I	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Knöpfe und A,A1,C Karottensalat G,I,1,4	Ein Hokifilet natur in Dillsauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse G,I,1,2	Straßburger Wurstsalat G,J,1,2,3,4,8,9,12 (Schwein) mit Bratkartoffeln	Acht Falafel Bällchen mit A,A1 Langkornreis dazu Zitronen-Dip und G Karottensalat G,I,1,4	Milchpudding Vanille G
Mittwoch, 09.09.2026	Champignonrahmsuppe G,I	Fünf Fischstäbchen paniert mit A,A1,D Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I Kartoffelpüree und G,1 Erbsengemüse (BIO Erbsen) G,I,1,2	Kartoffelauflauf mit A,A1,A3,G,I Rinderhack und Zucchini dazu Gurkensalat 1,4	Zwei gerollte Maultaschen A,A1,C,I (Schwein) in Zwiebelsauce dazu A,A1,A3,I,J Bohngemüse G,I	Drei Eierpfannkuchen mit A,A1,C,G Apfelfüllung dazu Dessertsauce mit G Vanillegeschmack	Nuss-Nougat Pudding G,H,H2
Donnerstag, 10.09.2026	Tomatencremesuppe G,I,2,3	Ein Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen paniert dazu A,A1,C,G,I Blumenkohl in C,G,I Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln	Ein Hähnchenbrustfilet A,A1,C,2 paniert mit Paprikasauce dazu A,A1,G,I Eierknöpfe und A,A1,C Zucchini-gemüse G,I	Ein Schweinesteak natur A,A1 in Jägersauce dazu A,A1,A3,I,1 Hörnchennudeln und A,A1,C Rote-Bete-Salat 9	Chili sin Carne dazu I ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Früchtequark Kirsche G
Freitag, 11.09.2026	Zucchini-cremesuppe A,A1,G	Acht Vegane F Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu G,2,3 BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat J,L,5	Chili con Carne (Rind) mit A,A1,A3,I,12 BIO Basmati-Reis dazu Mais-Paprikasalat J,L,5	Eine Currywurst 3 (Schwein) in pikanter Sauce dazu I,J Wedges und A,A1 Bohngemüse G,I	Bandnudeln mit A,A1,C Möhrenragout dazu A,A1,G,I,4 Blattsalat mit Kräuter dressing 1,4	Erdbeerjoghurt G
Samstag, 12.09.2026	8-Kräutersüppchen G,I		Eine Scheibe Fleischkäse 12 in Geflügelrahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Kartoffelsalat J,1,2	Gemüseintopf A,A1,I,4,12		Fruchtjoghurt G Pfirsich-Maracuja
Sonntag, 13.09.2026	Blumenkohlcremesuppe A,A1,A3,G,I		Eine Scheibe Sauerbraten A,A1,I,J,1,4 (Rind) in feiner Sauce dazu A,A1,A3,F,I,1 Eierspätzle und A,A1,C Karottengemüse G,I,1,2	Eine Paprika "Vital" gefüllt A,A1,G,2 dazu Kräutersauce und A,A1,A3,G,I BIO Basmati-Reis		Pudding Latte-Macchiato G

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,
B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,
H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,
I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 37 von 07.09.2026 bis 13.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 07.09.2026	Königinsuppe kJ 28 / kcal 7 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,1	BIO Gemüseglasch dazu kJ 246 / kcal 59 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 6,7 / davon Zucker 5,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,1	Geflügel-Würstchenguk kJ 100 / kcal 24 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,8	Gulaschsuppe (Rind) dazu kJ 259 / kcal 62 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 7,6 / Salz 0,8	Spätzle Auflauf mit Spinat kJ 326 / kcal 78 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,4	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne kJ 505 / kcal 120 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 17,1 / davon Zucker 16,5 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2
		BIO Vollkorn-Fusilli kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,8	BIO Basmati-Reis und kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	ein BIO Knusperbrötchen kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6		
			Mischgemüse kJ 133 / kcal 32 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,1 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,3			
Dienstag, 08.09.2026	Selleriecremesuppe kJ 155 / kcal 37 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,3	Ein Hähnchenbrustfilet natur in kJ 519 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	Ein Hokifilet natur in kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Straßburger Wurstsalat (Schwein) mit kJ 837 / kcal 200 / Fett 17,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,7 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 9,6 / Salz 1,6	Acht Falafel Bällchen mit kJ 806 / kcal 192 / Fett 5,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 27,0 / davon Zucker 4,4 / Ballaststoffe 4,3 / Eiweiß 6,2 / Salz 1,3	Milchpudding Vanille kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2
		Rahmsauce dazu kJ 173 / kcal 41 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Dillsauce dazu kJ 272 / kcal 65 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Bratkartoffeln kJ 515 / kcal 122 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2	Langkornreis dazu kJ 492 / kcal 118 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,4 / Salz 3,6	
		BIO Knöpfe und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3		Zitronen-Dip und kJ 523 / kcal 125 / Fett 8,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,9 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 7,1 / Salz 0,7	
		Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,2		Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	
Mittwoch, 09.09.2026	Champignonrahmsuppe kJ 173 / kcal 41 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 0,5	Fünf Fischstäbchen paniert mit kJ 795 / kcal 190 / Fett 8,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 13,0 / Salz 0,8	Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu kJ 498 / kcal 119 / Fett 5,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 9,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,7	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in kJ 779 / kcal 186 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,7 / Salz 1,6	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu kJ 60 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	Nuss-Nougat Pudding kJ 478 / kcal 114 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,2
		Kräutersauce dazu kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Zwiebelsauce dazu kJ 60 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	Dessertsauce mit Vanillegeschmack kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2	
		Kartoffelpüree und kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3		Bohnengemüse kJ 146 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4		
		Erbsengemüse (BIO Erbsen) kJ 404 / kcal 96 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,2				
Donnerstag, 10.09.2026	Tomatencremesuppe kJ 186 / kcal 44 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,6	Ein Spinat-Dinkel-Knusperger kJ 975 / kcal 234 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,9	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit kJ 964 / kcal 230 / Fett 10,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,3	Ein Schweinesteak natur in kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	Chili sin Carne dazu kJ 265 / kcal 63 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,1 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 3,2 / Eiweiß 3,1 / Salz 1,1	Früchtequark Kirsche kJ 524 / kcal 125 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 13,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		Blumenkohl in Hollandaise und kJ 803 / kcal 192 / Fett 18,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,5	Paprikasauce dazu kJ 51 / kcal 12 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,4	Jägersauce dazu kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4	ein BIO Knusperbrötchen kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6	
		BIO Würfelpaprikasauce kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,1	Eierknöpfe und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Hörnchennudeln und kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1		
			Zucchini-gemüse kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5	Rote-Bete-Salat kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9		

Menüplan für KW 37 von 07.09.2026 bis 13.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 11.09.2026	Zucchini-cremesuppe kJ 57 / kcal 14 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	Acht Vegane Sojabällchen mit kJ 728 / kcal 173 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 16,3 / Salz 1,5	Chili con Carne (Rind) mit kJ 355 / kcal 85 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 5,4 / Salz 1,8	Eine Currywurst (Schwein) in kJ 1084 / kcal 259 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 9,2 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 2,1	Bandnudeln mit kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2	Erdbeergoghurt kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
		Paprika-Dip dazu kJ 402 / kcal 96 / Fett 6,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 6,2 / davon Zucker 5,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,1	BIO Basmati-Reis dazu kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	pikanter Sauce dazu kJ 285 / kcal 68 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 10,7 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,8 / Salz 2,3	Möhrenragout dazu kJ 304 / kcal 73 / Fett 3,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 8,0 / davon Zucker 5,1 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,8	
		BIO Basmati-Reis und kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	Wedges und kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8	Blattsalat mit kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	
		Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9		Bohnengemüse kJ 146 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Kräuterdressing kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3	
Samstag, 12.09.2026	8-Kräutersüppchen kJ 64 / kcal 15 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1		Eine Scheibe Fleischkäse in kJ 716 / kcal 172 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Gemüseintopf kJ 87 / kcal 21 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,3		Fruchtojoghurt Pfirsich-Maracuja kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
			Geflügelrahmsauce dazu kJ 187 / kcal 45 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0			
			Kartoffelsalat kJ 335 / kcal 80 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5			
Sonntag, 13.09.2026	Blumenkohlcremesuppe kJ 152 / kcal 36 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4		Eine Scheibe Sauerbraten (Rind) in kJ 1011 / kcal 242 / Fett 9,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 36,7 / Salz 2,0	Eine Paprika 'Vital' gefüllt dazu kJ 528 / kcal 126 / Fett 7,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,2 / Kohlenhydrate 11,0 / davon Zucker 4,2 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,7		Pudding Latte-Macchiato kJ 568 / kcal 135 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 17,8 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2
			feiner Sauce dazu kJ 41 / kcal 10 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,8	Kräutersauce und kJ 214 / kcal 51 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,5 / Salz 0,5		
			Eierspätzle und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	BIO Basmati-Reis kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3		
			Karottengemüse kJ 210 / kcal 50 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 7,3 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,5			

So viel mehr als nur Essen.
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

Menüplan für KW 38 von 14.09.2026 bis 20.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 14.09.2026	Zwiebelsuppe	Ein Seelachsfilet natur in BIO Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchini-gemüse  	Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Blumenkohl-gemüse 	Zwei Wiener Würstchen (Schwein) mit fünf Kartoffel Rösti-Taler dazu Ketchup und Karottensalat 	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Karottensalat 	Quark Dessert Vanilla
Dienstag, 15.09.2026	Bärlauchcremesuppe	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu Gurkensalat  	Ein Rinderhacksteak in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Rosenkohl-gemüse 	Tortellini mit Ricotta und Spinat dazu Schinken-Sahnesauce (Schwein) und Gurkensalat 	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit BIO Basmati-Reis dazu Süß-Sauer-Dip und Asiagemüse  	Milchpudding Vanille
Mittwoch, 16.09.2026	Grünkernsuppe	BIO Vollkorn-Spaghetti mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse  	Rigatoni al forno dazu Krautsalat 	Ein Putenschnitzel paniert mit Geflügel-Kräutersauce dazu Eierspätzle und Blumenkohl-gemüse 	Vegetarischer Gemüse-Curry- Eintopf dazu ein BIO Knusperbrötchen 	Buttermilch Dessert Heidelbeere
Donnerstag, 17.09.2026	Karottencremesuppe	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Frenchdressing  	Eine Geflügelbratwurst in Geflügel-Thymiansauce dazu BIO Salzkartoffeln und Sommergemüse 	Linzen mit Spätzle dazu zwei Wiener Würstchen (Schwein) 	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack  	Milchpudding Butterkeks
Freitag, 18.09.2026	Gemüsecremesuppe	BIO Penne mit Käsesauce dazu Karottensalat  	Eine Scheibe Fleischkäse (Geflügel) in Geflügelrahmsauce dazu Hörnchennudeln und Leipziger Allerlei 	Sechs Kibbelinge in Backteig mit Tomatensauce dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat 	Drei Gemüseaultaschen in Gemüsebrühe dazu Kartoffelsalat 	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane
Samstag, 19.09.2026	Currysuppe		Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch 	Vegetarischer Bauerntopf 		Pudding Karamell
Sonntag, 20.09.2026	Paprikasamtsuppe		Putengeschnetzeltes in Kräutersauce dazu BIO Basmati-Reis und Kaisergemüse 	Ein Vegetarisches Schnitzel "Wiener Art" mit vegetarischer Bratensauce dazu Hörnchennudeln und Bohnensalat 		Stracciatella Joghurt

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 38 von 14.09.2026 bis 20.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 14.09.2026	Zwiebelsuppe I	Ein Seelachsfilet natur in BIO Kräutersauce dazu G,I BIO Salzkartoffeln und ZucchiniGemüse G,I	Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Knöpfe und A,A1,C BlumenkohlGemüse G,I,1,2	Zwei Wiener Würstchen (Schwein) mit 2,3,8,12 fünf Kartoffel Rösti-Taler 8 Ketchup und Karottensalat 2,3	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Karottensalat 2,3	Quark Dessert Vanilla G
Dienstag, 15.09.2026	Bärlauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu A,A1,C,G,I Gurkensalat 1,4	Ein Rinderhacksteak in A,A1 Bratensauce dazu A,A1,A3,F,I Kartoffelpüree und G,1 RosenkohlGemüse G,I,1,2	Tortellini mit Ricotta und Spinat dazu A,A1,C,G Schinken-Sahnesauce (Schwein) und A,A1,A3,G,I,2,3,8 Gurkensalat 1,4	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit A,A1,I BIO Basmati-Reis dazu Süß-Sauer-Dip und 1,4 Asiagemüse G,I,1,2	Milchpudding Vanille G
Mittwoch, 16.09.2026	Grünkernsuppe A,A1,G,I,4	BIO Vollkorn-Spaghetti mit A,A1 BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu G,I Reibekäse G,12	Rigatoni al forno dazu A,A1,G,I,12 Krautsalat 3	Ein Putenschnitzel paniert mit A,A1 Geflügel-Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Eierspätzle und A,A1,C BlumenkohlGemüse G,I,1,2	Vegetarischer Gemüse-Curry-Eintopf dazu A,A1,A3,G,I ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Buttermilch Dessert Heidelbeere G
Donnerstag, 17.09.2026	Karottencremesuppe A,A1,G,I,4	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,4	Eine Geflügelbratwurst in I,J,3,8 Geflügel-Thymiansauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Salzkartoffeln und SommerGemüse G	Linsen mit A,A1,A3,I,1,4 Spätzle dazu A,A1,C zwei Wiener Würstchen (Schwein) 2,3,8,12	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu A1,C,G Dessertsauce mit Vanillegeschmack G	Milchpudding Butterkeks A,A1,G
Freitag, 18.09.2026	Gemüsecremesuppe A,A1,G,I,4	BIO Penne mit A,A1 Käsesauce dazu G,I Karottensalat G,I,1,4	Eine Scheibe Fleischkäse 12 (Geflügel) in Geflügelrahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Hörnchennudeln und A,A1,C Leipziger Allerlei G,I,1,2	Sechs Kibbelinge in A,A1,C,D,G,J Backteig mit Tomatensauce dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat G,I,1,4	Drei Gemüseaultaschen in A,A1,C,I Gemüsebrühe dazu A,A1,I,4 Kartoffelsalat J,1,2	Fruchtjoghurt G,3 Kirsch-Banane
Samstag, 19.09.2026	Currysuppe A,A1,A3,G,I		Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch A,A1,G,I,12	Vegetarischer Bauerntopf A,A1,I,4		Pudding Karamell G
Sonntag, 20.09.2026	Paprikasamtsuppe A,A1,G,I		Putengeschnetzeltes in Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Basmati-Reis und Kaisergemüse G,I,1	Ein Vegetarisches Schnitzel "Wiener Art" mit A,A1,A4,C,G,1 vegetarischer Bratensauce dazu A,A1,A3,I Hörnchennudeln und A,A1,C Bohnensalat 2		Stracciatella Joghurt G

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,
B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,
H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,
I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

	Vorsuppe			Menü 1		Menü 2		Menü 3		Menü 4		Dessert	
Montag, 14.09.2026	Zwiebelsuppe	kJ 49 / kcal 12 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	Ein Seelachsfilet natur in	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce dazu	kJ 306 / kcal 73 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 9,5 / Salz 1,2	Zwei Wiener Würstchen (Schwein) mit	kJ 1170 / kcal 283 / Fett 25,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu	kJ 345 / kcal 82 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 8,5 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,4	Quark Dessert Vanilla	kJ 497 / kcal 118 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 13,8 / davon Zucker 12,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1	
			BIO Kräutersauce dazu	kJ 322 / kcal 77 / Fett 5,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,3 / Salz 1,2	BIO Knöpfle und	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	fünf Kartoffel Rösti-Taler dazu	kJ 690 / kcal 165 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 22,5 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,9	Karottensalat	kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7			
			BIO Salzkartoffeln und	kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	Blumenkohlgemüse	kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,2	Ketchup und	kJ 331 / kcal 78 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 11,6 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,0 / Salz 2,7					
			Zucchini gemüse	kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5			Karottensalat	kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7					
Dienstag, 15.09.2026	Bärlauchcremesuppe	kJ 161 / kcal 38 / Fett 3,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,2	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu	kJ 305 / kcal 73 / Fett 5,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,6 / Salz 0,4	Ein Rinderhacksteak in	kJ 898 / kcal 216 / Fett 14,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,6 / Kohlenhydrate 6,9 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7	Tortellini mit Ricotta und Spinat dazu	kJ 725 / kcal 172 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 30,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 7,2 / Salz 0,8	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit	kJ 651 / kcal 155 / Fett 5,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 22,8 / davon Zucker 5,2 / Ballaststoffe 4,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 1,3	Milchpudding Vanille	kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2	
			Gurkensalat	kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Bratensauce dazu	kJ 37 / kcal 9 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,7	Schinken-Sahnesauce (Schwein) und	kJ 433 / kcal 103 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,9 / Salz 0,8	BIO Basmati-Reis dazu	kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3			
					Kartoffelpüree und	kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	Gurkensalat	kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Süß-Sauer-Dip und	kJ 370 / kcal 88 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 19,3 / davon Zucker 14,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,9 / Salz 3,2			
					Rosenkohl gemüse	kJ 194 / kcal 46 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,3			Asiagemüse	kJ 248 / kcal 59 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 2,2 / Salz 1,2			
Mittwoch, 16.09.2026	Grünkernsuppe	kJ 187 / kcal 45 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,3	BIO Vollkorn-Spaghetti mit	kJ 478 / kcal 114 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 21,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 4,3 / Salz 1,9	Rigatoni al forno dazu	kJ 595 / kcal 142 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 11,9 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 9,8 / Salz 1,0	Ein Putenschnitzel paniert mit	kJ 931 / kcal 222 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,0	Vegetarischer Gemüse-Curry-Eintopf dazu	kJ 202 / kcal 48 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,9 / Salz 0,2	Buttermilch Dessert Heidelbeere	kJ 447 / kcal 106 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,1	
			BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu	kJ 271 / kcal 65 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,5	Krautsalat	kJ 216 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	Geflügel-Kräutersauce dazu	kJ 54 / kcal 13 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,2 / Salz 1,0	ein BIO Knusperbrötchen	kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6			
			Reibekäse	kJ 1305 / kcal 314 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 1,7			Eierspätzle und	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0					
							Blumenkohl gemüse	kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,2					
Donnerstag, 17.09.2026	Karottencremesuppe	kJ 105 / kcal 25 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate											

Menüplan für KW 38 von 14.09.2026 bis 20.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 18.09.2026	Gemüsecremesuppe kJ 211 / kcal 50 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,1	BIO Penne mit kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,1	Eine Scheibe Fleischkäse (Geflügel) in kJ 716 / kcal 172 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Sechs Kibbelinge in Backteig mit kJ 573 / kcal 140 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,0	Drei Gemüsemaultaschen in kJ 811 / kcal 192 / Fett 3,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 31,0 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 7,6 / Salz 1,4	Fruchtojoghurt Kirsch-Banane kJ 405 / kcal 96 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 12,8 / davon Zucker 12,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
		Käsesauce dazu kJ 517 / kcal 124 / Fett 9,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,9 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,4 / Salz 0,8	Geflügelrahmsauce dazu kJ 187 / kcal 45 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Tomatensauce dazu kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1	Gemüsebrühe dazu kJ 2 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,1	
		Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Hörnchennudeln und kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1	BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	Kartoffelsalat kJ 335 / kcal 80 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5	
			Leipziger Allerlei kJ 281 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 8,0 / davon Zucker 3,7 / Ballaststoffe 4,0 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,3	Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0		
Samstag, 19.09.2026	Currysuppe kJ 160 / kcal 38 / Fett 3,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1		Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch kJ 344 / kcal 82 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,6	Vegetarischer Bauerntopf kJ 258 / kcal 62 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 9,8 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,0		Pudding Karamell kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,6 / Salz 0,2
Sonntag, 20.09.2026	Paprikasamtsuppe kJ 115 / kcal 28 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2		Putengeschnetzeltes in Kräutersauce dazu kJ 320 / kcal 76 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,5 / Salz 0,7	Ein Vegetarisches Schnitzel "Wiener Art" mit kJ 770 / kcal 184 / Fett 7,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 3,8 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,2		Stracciatella Joghurt kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1
			BIO Basmati-Reis und kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	vegetarischer Bratensauce dazu kJ 42 / kcal 10 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,1		
			Kaisergemüse kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,3	Hörnchennudeln und kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1		
				Bohnensalat kJ 156 / kcal 37 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,0 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,4		

So viel mehr als nur Essen.
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

Menüplan für KW 39 von 21.09.2026 bis 27.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 21.09.2026	Eiermuschelsuppe	Ein Eieromelette natur mit BIO Rahmspinat dazu BIO Salzkartoffeln	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) dazu Karottensalat	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Romanbohngengemüse	Knöpfele-Auflauf mit Gemüse	Früchtequark Kirsche
		 				
Dienstag, 22.09.2026	Kohlrabisüppchen	BIO Rote-Linsenbolognese mit Rigatoni dazu Gurkensalat	Hühnerfrikassee mit BIO-Basmati Reis dazu Erbsengemüse	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelsalat	Zwei Apfelstrudel dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack	Fruchtquark Dessert Mandarine
		 				
Mittwoch, 23.09.2026	Champignonrahmsuppe	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu Mais-Paprikasalat	Eine Currywurst (Geflügel) in pikanter Sauce dazu Wedges und Karottengemüse	Drei Cevapcici (Rind) mit Kräuterdip dazu BIO Vollkorn-Reis Mais-Paprikasalat	Vegetarischer Maultaschenaufbau mit Spinat und Feta dazu Blattsalat mit Senfdressing	Ein Donut gezuckert
		 				
Donnerstag, 24.09.2026	Brokkolicremesuppe	Lachs-Kartoffelsuppe dazu eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Currysauce dazu Langkornreis und Karottensalat	Wurstsalat mit Bratkartoffeln	Zwei gekochte Eier in Senfsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Kaisergemüse	Nuss-Nougat Pudding
		 				
Freitag, 25.09.2026	Zucchini cremesuppe	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu BIO Fusilli	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse	Ein Fleischküchle (Schwein) in Bratensauce Hörnchennudeln und Blattsalat mit Kräuter dressing	Vegetarische Paella dazu Zitronen-Dip und Blattsalat mit Kräuter dressing	Pudding Schokolade
		 				
Samstag, 26.09.2026	Flädle Suppe		Kartoffelsuppe dazu zwei Geflügelwienner	Bandnudeln mit Tomaten-Paprika-Ragout		Pudding Karamell
						
Sonntag, 27.09.2026	Sellerie cremesuppe		Ungarisches Rindersaftgulasch dazu Eierspätzle und Rahmgemüse	Ein Spinat-Dinkel- Knusperplätzchen mit Bechamelsauce und BIO Würfelpaprikasalat dazu Gurkensalat		Vanillepudding
						

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 39 von 21.09.2026 bis 27.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 21.09.2026	Eiermuschelsuppe A,A1,C,I,4	Ein Eieromelette natur mit C,G BIO Rahmspinat dazu G,I BIO Salzkartoffeln	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) dazu Karottensalat 2,3	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Romanobohnengemüse G,I,1	Knöpfle-Auflauf mit Gemüse A,A1,A3,C,G,I,1,12	Früchtequark Kirsche G
Dienstag, 22.09.2026	Kohlrabisüppchen A,A1,A3,G,I	BIO Rote-Linsenbolognese mit I Rigatoni dazu A,A1 Gurkensalat 1,4	Hühnerfricassee mit BIO-Basmati Reis dazu Erbsengemüse G,I	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelsalat A,A1,A3,I,1 J,I,2	Zwei Apfelstrudel dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack A,A1 G	Fruchtquark Dessert Mandarine G
Mittwoch, 23.09.2026	Champignonrahmsuppe G,I	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu Mais-Paprikasalat A,A1,G A,A1 J,L,5	Eine Currywurst (Geflügel) in pikanter Sauce dazu Wedges und Karottengemüse J,3,8 I,J A,A1 G,I,1,2	Drei Cevapcici (Rind) mit Kräuterdip dazu BIO Vollkorn-Reis Mais-Paprikasalat C G J,I,5	Vegetarischer Maultaschenaufauf mit Spinat und Feta dazu Blattsalat mit Senfdressing A,A1,A3,C,G,I J,I,4	Ein Donut gezuckert A,A1,F,G
Donnerstag, 24.09.2026	Brokkolicremesuppe A,A1,A3,G,I	Lachs-Kartoffelsuppe dazu eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot D,G,I A,A1,A2,A4	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Currysauce dazu Langkornteis und Karottensalat G,I,1,4	Wurstsalat mit Bratkartoffeln J,1,2,3,4,8,9,12	Zwei gekochte Eier in Senfsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Kaisergemüse C A,A1,A3,G,J G,I,1	Nuss-Nougat Pudding G,H,H2
Freitag, 25.09.2026	Zucchinicremesuppe A,A1,G	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu BIO Fusilli I,12 A,A1	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse A,A1,A3,G,I G,I,1,2	Ein Fleischküchle (Schwein) in Bratensauce Hörnchennudeln und Blattsalat mit Kräuterdressing A,A1,C,3 A,A1,A3,I,1 A,A1,C 1,4	Vegetarische Paella dazu Zitronen-Dip und Blattsalat mit Kräuterdressing G,I G 1,4	Pudding Schokolade G
Samstag, 26.09.2026	Flädle Suppe A,A1,C,G A,A1,I,4		Kartoffelsuppe dazu zwei Geflügelwiener G,I G,2,3,8,12	Bandnudeln mit Tomaten-Paprika-Ragout A,A1,C A,A1,G,I		Pudding Karamell G
Sonntag, 27.09.2026	Selleriecremesuppe A,A1,A3,G,I		Ungarisches Rindersaftgulasch dazu Eierspätzle und Rahmgemüse A,A1,A3,F,I A,A1,C A,A1,A3,G,I	Ein Spinat-Dinkel-Knuserplätzche mit Bechamelsauce und BIO Würfelkartoffeln dazu Gurkensalat A,A1,C,G,I A,A1,A3,G,I,1 2,3		Vanillepudding G

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,
B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,
H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,
I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 39 von 21.09.2026 bis 27.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 21.09.2026	Eiermuschelsuppe kJ 9 / kcal 2 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,1	Ein Eieromelette natur mit kJ 612 / kcal 147 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,1	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) dazu kJ 612 / kcal 146 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 10,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 8,5 / Salz 0,6	Schweinageschnetzelts in Rahmsauce dazu kJ 478 / kcal 114 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 16,7 / Salz 0,8	Knöpfele-Auflauf mit Gemüse kJ 659 / kcal 157 / Fett 8,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 13,7 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 6,8 / Salz 0,8	Früchtequark Kirsche kJ 524 / kcal 125 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 13,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		BIO Rahmspinat dazu kJ 203 / kcal 49 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,8 / Salz 1,6	Karottensalat kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7	BIO Basmati-Reis und Romanobohnengemüse kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3		
		BIO Salzkartoffeln kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3				
Dienstag, 22.09.2026	Kohlrabisuppchen kJ 86 / kcal 20 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,4	BIO Rote-Linsenbolognese mit kJ 290 / kcal 69 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 9,7 / davon Zucker 5,1 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 4,0 / Salz 1,7	Hühnerfrikassee mit kJ 388 / kcal 93 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 7,8 / Salz 0,9	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in Bratensauce dazu kJ 994 / kcal 238 / Fett 16,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,4 / Salz 2,8	Zwei Apfelstrudel dazu kJ 668 / kcal 158 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 33,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,4	Fruchtquark Dessert Mandarine kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		Rigatoni dazu kJ 649 / kcal 155 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 31,4 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 5,6 / Salz 1,6	BIO-Basmati Reis dazu kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	Kartoffelsalat kJ 335 / kcal 80 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5	Dessertsauce mit Vanillegeschmack kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2	
		Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Erbsengemüse kJ 388 / kcal 93 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 10,5 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,0 / Eiweiß 6,7 / Salz 0,2			
Mittwoch, 23.09.2026	Champignonrahmsuppe kJ 173 / kcal 41 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 0,5	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit kJ 102 / kcal 24 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,9	Eine Currywurst (Geflügel) in pikanter Sauce dazu kJ 837 / kcal 201 / Fett 15,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7	Drei Cevapcici (Rind) mit Kräuterdip dazu kJ 1076 / kcal 259 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 1,4 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,0 / Salz 1,8	Vegetarischer Maultaschenauflauf mit Spinat und Feta dazu kJ 694 / kcal 166 / Fett 9,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,1 / Kohlenhydrate 11,7 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 8,3 / Salz 1,3	Ein Donut gezuckert kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0
		BIO Gnocchi dazu kJ 646 / kcal 152 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 33,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,0	Wedges und kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8	BIO Vollkorn-Reis kJ 497 / kcal 119 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,3	Blattsalat mit Senfdressing kJ 280 / kcal 67 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 5,7 / davon Zucker 5,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 7,1 / Salz 1,0	
		Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	Karottengemüse kJ 210 / kcal 50 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 7,3 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,5	Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9		
Donnerstag, 24.09.2026	Brokkolicremesuppe kJ 133 / kcal 32 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4	Lachs-Kartoffelsuppe dazu kJ 234 / kcal 56 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 6,4 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,2 / Salz 0,7	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Currysauce dazu kJ 524 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	Wurstsalat mit Bratkartoffeln kJ 795 / kcal 190 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 6,9 / Salz 1,6	Zwei gekochte Eier in Senfsauce dazu kJ 638 / kcal 153 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,1 / Salz 0,8	Nuss-Nougat Pudding kJ 478 / kcal 114 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,2
		eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot kJ 974 / kcal 232 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 36,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 8,8 / Eiweiß 6,4 / Salz 1,2	Langkornreis und kJ 492 / kcal 118 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,4 / Salz 3,6		BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	
			Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0		Kaisergemüse kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,3	

Menüplan für KW 39 von 21.09.2026 bis 27.09.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 25.09.2026	Zucchini-cremesuppe kJ 57 / kcal 14 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu kJ 156 / kcal 37 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 4,9 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,6	Ein Pangasiusfilet natur in kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Ein Fleischkürhche (Schwein) in kJ 843 / kcal 201 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,5 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,4	Vegetarische Paella dazu kJ 360 / kcal 96 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 17,6 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,1	Pudding Schokolade kJ 555 / kcal 132 / Fett 6,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,6 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2
		BIO Fusilli kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0	Dillsauce dazu kJ 272 / kcal 65 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Bratensauce kJ 34 / kcal 8 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,5	Zitronen-Dip und kJ 523 / kcal 125 / Fett 8,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,9 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 7,1 / Salz 0,7	
			BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	Hörnchennudeln und kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1	Blattsalat mit kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	
			Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,2	Blattsalat mit kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Kräuterdressing kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3	
Samstag, 26.09.2026	Flädle kJ 1377 / kcal 329 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 25,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 9,3 / Salz 0,9		Kartoffelsuppe dazu kJ 186 / kcal 44 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,3	Bandnudeln mit kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2		Pudding Karamell kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,6 / Salz 0,2
	Suppe kJ 2 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,1		zwei Geflügelwienener kJ 933 / kcal 225 / Fett 19,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,8 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,2	Tomaten-Paprika-Ragout kJ 132 / kcal 32 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,5		
Sonntag, 27.09.2026	Sellerie-cremesuppe kJ 155 / kcal 37 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,3		Ungarisches Rindersaftgulasch dazu kJ 375 / kcal 90 / Fett 4,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 11,7 / Salz 0,5	Ein Spinat-Dinkel-Knusper kJ 975 / kcal 234 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,9		Vanillepudding kJ 444 / kcal 106 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 16,5 / davon Zucker 12,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,1
			Eierspätzle und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Bechamelsauce und kJ 219 / kcal 52 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,6		
			Rahmgemüse kJ 338 / kcal 81 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,4	BIO Würfelkartoffeln dazu kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,1		
				Gurkensalat kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6		

So viel mehr als nur Essen.
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

Menüplan für KW 40 von 28.09.2026 bis 04.10.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 28.09.2026	Lauchcremesuppe	BIO Gemüsegulasch (Bio Blumenkohl, Bio Karotten, Bio Brokkoli) dazu BIO Vollkorn-Fusilli	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Zitronensauce dazu BIO Basmati-Reis und grüne Bohnen	Kartoffelaufbau mit Rinderhack und Zucchini dazu Krautsalat	Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Krautsalat	BIO Milchpudding Schoko
		 				
Dienstag, 29.09.2026	Grießsuppe	BIO Vollkorn Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu BIO Reibekäse	Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit Petersilienkartoffeln dazu Remoulade und Mais-Paprikasalat	Schwäbische Linsen mit Eierspätzle dazu zwei Wiener Würstchen (Schwein)	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack	Fruchtjoghurt Kirsche
		 				
Mittwoch, 30.09.2026	Linsensuppe	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges dazu Ketchup und Karottensalat	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu BIO Knöpfe und Zucchini Gemüse	Brokkoli-Nudelaufbau dazu Karottensalat	Stracciatella Joghurt
		 				
Donnerstag, 01.10.2026	Steckrübensuppe	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen)	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Gurkensalat	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce mit BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse	Zwei Semmelknödel mit Champignonragout dazu Gurkensalat	BIO Milchpudding Vanille
		 				
Freitag, 02.10.2026	Paprikasamtuppe	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Mais-Paprikasalat	Eine Geflügelbratwurst dazu Curryketchup und mediterraner Nudelsalat	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Fusilli und Rosenkohl Gemüse	Bandnudeln mit Basilikum-Pestosauce	Früchtequark Dessert Erdbeere
		 				
Samstag, 03.10.2026	Erbsensuppe		Ein Schweine Cordon bleu mit Bratensauce dazu BIO Salzkartoffeln und herbstliches Ratatouille	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Karottensalat		Fruchtjoghurt Heidelbeere
						
Sonntag, 04.10.2026	Nudel Suppe		Eine Scheibe Putenbrustbraten gefüllt mit Gemüse in Geflügelrahmsauce dazu Knöpfe und Karottengemüse	Ein Gemüseschnitzel paniert mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Gurkensalat		Panna Cotta Pudding
						

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 40 von 28.09.2026 bis 04.10.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 28.09.2026	Lauchcremesuppe A,A1,A3,G,I,4	BIO Gemüseglasch (Bio Blumenkohl, Bio Karotten, Bio Brokkoli) dazu BIO Vollkorn-Fusilli G,I A,A1	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Zitronensauce dazu BIO Basmati-Reis und grüne Bohnen A,A1,A3,G,I G,I	Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu Krautsalat A,A1,A3,G,I 3	Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Krautsalat A,A1 G,12 3	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 29.09.2026	Grießsuppe A,A1,I,4	BIO Vollkorn Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu BIO Reibekäse A,A1 G,I G,12	Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit Petersilienkartoffeln dazu Remoulade und Mais-Paprikasalat A,A1,D,G,J 1,2 A,A1,C,J,1,9 J,L,5	Schwäbische Linsen mit Eierspätzle dazu zwei Wiener Würstchen (Schwein) A,A1,A3,I,1,4 A,A1,C 2,3,8,12	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack A,A1,C,G G	Fruchtjoghurt Kirsche G,1
Mittwoch, 30.09.2026	Linsensuppe A,A1,I,1,4	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat C,G I,3 G,I,1,4	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges dazu Ketchup und Karottensalat A,A1 G,I,1,4	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu BIO Knöpfe und ZucchiniGemüse A,A1 A,A1,A3,I,1 A,A1,C G,I	Brokkoli-Nudelaufwurf dazu Karottensalat A,A1,A3,C,G,12 G,I,1,4	Stracciatella Joghurt G
Donnerstag, 01.10.2026	Steckrübensuppe A,A1,A3,G,I	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen) D A,A1,A3,G,I G,1 G,I,1,2	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Gurkensalat A,A1 A,A1,I,12 G,12 1,4	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce mit BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse C A,A1,A3,G,I G,I	Zwei Semmelknödel mit Champignonragout dazu Gurkensalat A,A1,A3,G,I 1,4	BIO Milchpudding Vanille G
Freitag, 02.10.2026	Paprikasamtuppe A,A1,G,I	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Mais-Paprikasalat A,A1,8 A,A1,I J,L,5	Eine Geflügelbratwurst dazu Curryketchup und mediterraner Nudelsalat I,J,3,8 I,J A,A1,I,J,1,2,3,4	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Fusilli und RosenkohlGemüse A,A1,A3,G,I,1 A,A1 G,I,1,2	Bandnudeln mit Basilikum-Pestosauce A,A1,C A,A1,A3,G,I,2,3	Früchtequark Dessert Erdbeere G
Samstag, 03.10.2026	Erbsensuppe A,A1,A3,G,I,4		Ein Schweine Cordon bleu mit Bratensauce dazu BIO Salzkartoffeln und herbstliches Ratatouille A,A1,G,2,3 A,A1,A3,I,1 A,A1,A3,G	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Karottensalat A,A1,A3,C,G,I 2,3		Fruchtjoghurt Heidelbeere G
Sonntag, 04.10.2026	Nudel Suppe A,A1,C A,A1,I,4		Eine Scheibe Putenbrustbraten gefüllt mit Gemüse in Geflügelrahmsauce dazu Knöpfe und Karottengemüse A,A1,G,I A,A1,A3,G,I,1 A,A1,C G,I,1,2	Ein Gemüseschnitzel paniert mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Gurkensalat A,A1,A4 2,3		Panna Cotta Pudding

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,
B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,
H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,
I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,
7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 40 von 28.09.2026 bis 04.10.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 28.09.2026	Lauchcremesuppe kJ 97 / kcal 23 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	BIO Gemüsegulasch (Bio Blumenkohl, Bio Karotten, Bio Brokkoli) dazu BIO Vollkorn-Fusilli kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,8	Ein Hähnchenbrustfilet natur in kJ 519 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7 Zitronensauce dazu kJ 231 / kcal 55 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9	Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu kJ 498 / kcal 119 / Fett 5,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 9,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,7 Krautsalat kJ 216 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	Penne mit kJ 587 / kcal 140 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 28,8 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 4,8 / Salz 1,3 Tomatensauce dazu kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1 Reibekäse und kJ 1461 / kcal 352 / Fett 28,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 2,0 Krautsalat kJ 216 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	BIO Milchpudding Schoko kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
			BIO Basmati-Reis und kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 grüne Bohnen kJ 146 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4			
Dienstag, 29.09.2026	Grießsuppe kJ 47 / kcal 11 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1	BIO Vollkorn Penne mit kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,0 BIO Spinat-Sahnesauce dazu kJ 254 / kcal 61 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,4 BIO Reibekäse kJ 1419 / kcal 342 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit kJ 636 / kcal 152 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,0 Petersilienkartoffeln dazu kJ 362 / kcal 86 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3 Remoulade und kJ 1963 / kcal 477 / Fett 50,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3 Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	Schwäbische Linsen mit kJ 276 / kcal 66 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 10,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 4,1 / Salz 0,7 Eierspätzle dazu kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 zwei Wiener Würstchen (Schwein) kJ 1170 / kcal 283 / Fett 25,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu kJ 641 / kcal 152 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 24,8 / davon Zucker 9,4 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,3 Dessertsauce mit Vanillegeschmack kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2	Fruchtjoghurt Kirsche kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
Mittwoch, 30.09.2026	Linsensuppe kJ 133 / kcal 32 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,5	Ein Eieromelette natur mit kJ 612 / kcal 147 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,1 Baked Beans dazu kJ 341 / kcal 81 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 13,7 / davon Zucker 5,4 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 3,9 / Salz 1,1 BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3 Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Ein Hähnchenschenkel mit kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 Wedges dazu kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8 Ketchup und kJ 331 / kcal 78 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 11,6 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,0 / Salz 2,7 Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Ein Schweinesteak natur in kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3 Jägersauce dazu kJ 59 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4 BIO Knöpfe und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 ZucchiniGemüse kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5	Brokkoli-Nudelauflauf dazu kJ 457 / kcal 109 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 10,9 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 6,5 / Salz 0,6 Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Stracciatella Joghurt kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1
Donnerstag, 01.10.2026	Steckrübensuppe kJ 68 / kcal 16 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1	Ein Seelachsfilet natur in kJ 382 / kcal 91 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,5 / Salz 0,1 Kräutersauce dazu kJ 176 / kcal 42 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,4 Kartoffelpüree und kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3 Erbsengemüse (BIO Erbsen) kJ 404 / kcal 96 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,2	BIO Spaghetti mit kJ 501 / kcal 120 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,2 Bolognesesauce (Rind) dazu kJ 425 / kcal 102 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 10,0 / Salz 0,4 Reibekäse und kJ 1265 / kcal 302 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 1,3 Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in kJ 1008 / kcal 241 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 11,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,5 Kapernsauce mit kJ 217 / kcal 52 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,5 BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3 Erbsengemüse kJ 388 / kcal 93 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 10,5 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,0 / Eiweiß 6,7 / Salz 0,2	Zwei Semmelknödel mit kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 Champignonragout dazu kJ 194 / kcal 46 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2 Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	BIO Milchpudding Vanille kJ 352 / kcal 83 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1

Menüplan für KW 40 von 28.09.2026 bis 04.10.2026

	Vorsuppe		Menü 1		Menü 2		Menü 3		Menü 4		Dessert	
Freitag, 02.10.2026	Paprikasamtuppe	kJ 115 / kcal 28 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	Sechs Chicken Nuggets mit	kJ 855 / kcal 204 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,1	Eine Geflügelbratwurst dazu	kJ 914 / kcal 220 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,8 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,8	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu	kJ 478 / kcal 114 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 16,7 / Salz 0,8	Bandnudeln mit	kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2	Fruchtquark Dessert Erdbeere	kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 12,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
			Tomatensauce dazu	kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1	Curryketchup und	kJ 368 / kcal 87 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 18,7 / davon Zucker 14,6 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,8 / Salz 2,7	BIO Fusilli und	kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0	Basilikum-Pestosauce	kJ 286 / kcal 68 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,6		
			BIO Bulgur und	kJ 523 / kcal 125 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,8 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 3,8 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,2	mediterrane Nudelsalat	kJ 475 / kcal 113 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 17,5 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,5	Rosenkohlgemüse	kJ 194 / kcal 46 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,3				
			Mais-Paprikasalat	kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9								
Samstag, 03.10.2026	Erbsensuppe	kJ 169 / kcal 40 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,5			Ein Schweine Cordon bleu mit	kJ 883 / kcal 211 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,3	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu	kJ 326 / kcal 78 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,4			Fruchtjoghurt Heidelbeere	kJ 440 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1
					Bratensauce dazu	kJ 34 / kcal 8 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,5	Karottensalat	kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7				
					BIO Salzkartoffeln und	kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3						
					herbstliches Ratatouille	kJ 219 / kcal 52 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 6,8 / davon Zucker 4,6 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,3 / Salz 0,2						
Sonntag, 04.10.2026	Nudel	kJ 1552 / kcal 366 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 70,0 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 0,0			Eine Scheibe Putenbrustbraten gefüllt mit Gemüse in	kJ 477 / kcal 114 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,5 / Salz 1,4	Ein Gemüseschnitzel paniert mit	kJ 812 / kcal 193 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 27,0 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,1 / Salz 1,2			Panna Cotta Pudding	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0
	Suppe	kJ 2 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,1			Geflügelrahmsauce dazu	kJ 187 / kcal 45 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Tomatensauce dazu	kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1				
					Knöpfe und	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	BIO Basmati-Reis und	kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3				
					Karottengemüse	kJ 210 / kcal 50 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 7,3 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,5	Gurkensalat	kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6				