

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

Menüplan für KW 2 von 05.01.2026 bis 11.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
Montag, 05.01.2026	Salami im Käsemantel und Goudakäse dazu eine Tomate  	Goudakäse und Kräuterfrischkäse dazu eine Tomate  	Salami im Käsemantel und Geflügel-Champignonpastete dazu eine Tomate  
Dienstag, 06.01.2026	Hausgemachter Fleischsalat und Maasdamer Käse dazu ein Ei  	Maasdamer Käse und Frischkäse natur dazu Rettichsalat  	Hausgemachter Fleischsalat und Streichmettwurst fein dazu ein Ei  
Mittwoch, 07.01.2026	Eine Bockwurst dazu Coleslaw Salat  	Emmentalerkäse und Champignonschmelzkäse dazu Coleslaw Salat  	Geflügelbratwurst dazu Coleslaw Salat  
Donnerstag, 08.01.2026	Paprikalyoner und Weichkäse dazu Gurkenscheiben  	Weichkäse und Elbländer Käse Bärlauch dazu Gurkenscheiben  	Paprikalyoner und Geflügelsalami dazu Gurkenscheiben  
Freitag, 09.01.2026	Straßburger Wurstsalat dazu eine Tomate  	Käsesalat dazu eine Tomate  	Straßburger Wurstsalat dazu eine Tomate  
Samstag, 10.01.2026	Leberwurst grob und Tilsiterkäse dazu ein Ei  	Tilsiterkäse und Kräuterkäse dazu ein Ei  	Leberwurst grob und Geflügel-Spargelpastete dazu ein Ei  
Sonntag, 11.01.2026	Geflügelfleischwurst und Edamerkäse dazu Senfgurken  	Edamerkäse und Schmelzkäse pikant dazu Senfgurken  	Geflügelfleischwurst und Bierschinken mit Senfgurken  

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 2 von 05.01.2026 bis 11.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
<b>Montag, 05.01.2026</b>	Salami im Käsemantel und Goudakäse dazu eine Tomate  G,1,2,3,12 G,12	Goudakäse und Kräuterfrischkäse dazu eine Tomate  G,12 G	Salami im Käsemantel und Geflügel-Champignonpastete dazu eine Tomate  G,1,2,3,12 2,3,8,12
<b>Dienstag, 06.01.2026</b>	Hausgemachter Fleischsalat und Maasdamer Käse dazu ein Ei  2,3,8,9 G,12 C	Maasdamer Käse und Frischkäse natur dazu Rettichsalat  G,12 G C,G,2	Hausgemachter Fleischsalat und Streichenmettwurst fein dazu ein Ei  2,3,8,9 2,3,12 C
<b>Mittwoch, 07.01.2026</b>	Eine Bockwurst dazu Coleslaw Salat  2,3,8,12 C,G,2	Emmentalerkäse und Champignonschmelzkäse dazu Coleslaw Salat  G,12 G C,G,2	Geflügelbratwurst dazu Coleslaw Salat  I,J,3,8 C,G,2
<b>Donnerstag, 08.01.2026</b>	Paprikalyoner und Weichkäse dazu Gurkenscheiben  2,3,8,12 G	Weichkäse und Eibländer Käse Bärlauch dazu Gurkenscheiben  G G,12	Paprikalyoner und Geflügelsalami dazu Gurkenscheiben  2,3,8,12 1,2,3,12
<b>Freitag, 09.01.2026</b>	Straßburger Wurtsalat dazu eine Tomate  G,J,1,2,3,4,8,9,12	Käsesalat dazu eine Tomate  G,J,1,4	Straßburger Wurtsalat dazu eine Tomate  G,J,1,2,3,4,8,9,12
<b>Samstag, 10.01.2026</b>	Leberwurst grob und Tilsiterkäse dazu ein Ei  2,3,12 G,12 C	Tilsiterkäse und Kräuterkäse dazu ein Ei  G,12 G,1,2,12 C	Leberwurst grob und Geflügel-Spargelpastete dazu ein Ei  2,3,12 2,3,8,12 C
<b>Sonntag, 11.01.2026</b>	Geflügelfleischwurst und Edamerkäse dazu Senfgurken  J,2,3 G,12 J,3,9	Edamerkäse und Schmelzkäse pikant dazu Senfgurken  G,12 G J,3,9	Geflügelfleischwurst und Bierschinken mit Senfgurken  J,2,3 2,3,8,12 J,3,9

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 2 von 05.01.2026 bis 11.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
Montag, 05.01.2026	Salami im Käsemantel und Goudakäse dazu eine Tomate	Käda und Kräuterfrischkäse dazu eine Tomate	Salami im Käsemantel und Geflügel-Champignonpastete dazu eine Tomate
	kJ 1437 / kcal 347 / Fett 30,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 3,5 kJ 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,5 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,9 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	kj 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,5 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,9 kj 664 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 8,8 / Salz 1,0 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	kj 1437 / kcal 347 / Fett 30,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 3,5 kJ 636 / kcal 153 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,4 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
	Hausgemachter Fleischsalat und Maasdamer Käse dazu ein Ei	Maasdamer Käse und Frischkäse natur dazu Rettichsalat	Hausgemachter Fleischsalat und Strechmettwurst fein dazu ein Ei
	kj 469 / kcal 112 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 4,5 / Salz 1,0 kJ 1458 / kcal 351 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,1 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	kj 1458 / kcal 351 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,1 kj 663 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 8,8 / Salz 0,8 kj 710 / kcal 172 / Fett 16,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	kj 469 / kcal 112 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 4,5 / Salz 1,0 kJ 1530 / kcal 370 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,4 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
Mittwoch, 07.01.2026	Eine Bockwurst dazu Coleslaw Salat	Emmentalerkäse und Champignonschmelzkäse dazu Coleslaw Salat	Geflügelbratwurst dazu Coleslaw Salat
	kj 1123 / kcal 271 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 9,6 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,5 kJ 845 / kcal 204 / Fett 17,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 8,7 / davon Zucker 7,8 / Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,9	kj 1469 / kcal 354 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2 kj 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3 kj 845 / kcal 204 / Fett 17,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 8,7 / davon Zucker 7,8 / Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,9	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 kJ 845 / kcal 204 / Fett 17,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 8,7 / davon Zucker 7,8 / Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,9
	Paprikalyoner und Weichkäse dazu Gürkenscheiben	Weichkäse und Elbänder Käse Bärlauch dazu Gürkenscheiben	Paprikalyoner und Geflügelsalami dazu Gürkenscheiben
Donnerstag, 08.01.2026	Straßburger Wurstsalat dazu eine Tomate	Käsesalat dazu eine Tomate	Straßburger Wurstsalat dazu eine Tomate
	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 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	kj 903 / kcal 216 / Fett 16,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,8 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 13,3 / Salz 1,7 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	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 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
	Leberwurst grob und Tilsiterkäse dazu ein Ei	Tilsiterkäse und Kräuterkäse dazu ein Ei	Leberwurst grob und Geflügel-Spargelpastete dazu ein Ei
Samstag, 10.01.2026	Straßburger Wurstsalat dazu eine Tomate	Käsesalat dazu eine Tomate	Straßburger Wurstsalat dazu eine Tomate
	kj 1120 / kcal 270 / Fett 22,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 17,0 / Salz 1,8 kJ 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0 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	kj 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0 kj 1240 / kcal 295 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,1 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	kj 1120 / kcal 270 / Fett 22,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 17,0 / Salz 1,8 kJ 653 / kcal 157 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,5 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
	Geflügelfleischwurst und Edamerkäse dazu Senfgurken	Edamerkäse und Schmelzkäse pikant dazu Senfgurken	Geflügelfleischwurst und Bierschinken mit Senfgurken
Sonntag, 11.01.2026	Geflügelfleischwurst und Edamerkäse dazu Senfgurken	Edamerkäse und Schmelzkäse pikant dazu Senfgurken	Geflügelfleischwurst und Bierschinken mit Senfgurken
	kj 859 / kcal 207 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,4 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,0 kJ 1275 / kcal 307 / Fett 22,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,0 kJ 47 / kcal 11 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,1 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,1	kj 1275 / kcal 307 / Fett 22,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,0 kj 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3 kj 47 / kcal 11 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,1 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,1	kj 859 / kcal 207 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,4 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,0 kJ 732 / kcal 175 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,2 kJ 47 / kcal 11 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,1 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,1

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

Menüplan für KW 3 von 12.01.2026 bis 18.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
Montag, 12.01.2026	Leberwurst fein und Kräuterkäse dazu eine Tomate 	Kräuterkäse und Frischkäse natur dazu eine Tomate 	Leberwurst fein und Fleischkäse grob dazu eine Tomate 
Dienstag, 13.01.2026	Lyoner und Emmentalerkäse dazu ein Ei 	Emmentalerkäse und Hüttenkäse dazu ein Ei 	Lyoner und Putenbrust dazu ein Ei  
Mittwoch, 14.01.2026	Zwei Wiener Würstchen dazu mediterraner Nudelsalat 	Eine vegetarische Bratwurst dazu mediterraner Nudelsalat 	Zwei Wiener Würstchen dazu Pusztasalat 
Donnerstag, 15.01.2026	Paprikalyoner und Weichkäse dazu Gurkenhappen 	Weichkäse und Elbländer Käse Natur dazu Gurkenhappen 	Paprikalyoner und Geflügel-Brokkolipastete dazu Gurkenhappen  
Freitag, 16.01.2026	Bierschinken und Paprikakäse dazu ein Ei 	Milchreis mit Apfelkompott 	Bierschinken und Geflügelfleischwurst dazu ein Ei  
Samstag, 17.01.2026	Hähnchenbrust in Aspik und Butterkäse dazu Bohnensalat  	Butterkäse und Frischkäse Kräuter dazu Bohnensalat 	Hähnchenbrust in Aspik und Salami dazu Bohnensalat  
Sonntag, 18.01.2026	Schinkenwurst und Tilsiterkäse dazu eine Gewürzgurke 	Tilsiterkäse und Schnittlauchstreichekäse dazu eine Gewürzgurke 	Schinkenwurst und Geflügel-Champignonpastete dazu eine Gewürzgurke  

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 3 von 12.01.2026 bis 18.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
<b>Montag, 12.01.2026</b>	Leberwurst fein und Kräuterkäse dazu eine Tomate 2,3,12 G,1,2,12	Kräuterkäse und Frischkäse natur dazu eine Tomate G,1,2,12 G	Leberwurst fein und Fleischkäse grob dazu eine Tomate 2,3,12 2,3,8,12
<b>Dienstag, 13.01.2026</b>	Lyoner und Emmentalerkäse dazu ein Ei 2,3,8,12 G,12 C	Emmentalerkäse und Hüttenkäse dazu ein Ei G,12 G C	Lyoner und Putenbrust dazu ein Ei 2,3,8,12 2,3,8,12 C
<b>Mittwoch, 14.01.2026</b>	Zwei Wiener Würstchen dazu mediterraner Nudelsalat 2,3,8,12 A,A1,I,J,1,2,3,4	Eine vegetarische Bratwurst dazu mediterraner Nudelsalat A,A1,C A,A1,I,J,1,2,3,4	Zwei Wiener Würstchen dazu Pusztasalat 2,3,8,12 I,9
<b>Donnerstag, 15.01.2026</b>	Paprikalyoner und Weichkäse dazu Gurkenhappen 2,3,8,12 G J,1,9	Weichkäse und Elbländer Käse Natur dazu Gurkenhappen G G,12 J,1,9	Paprikalyoner und Geflügel-Brokkolipastete dazu Gurkenhappen 2,3,8,12 2,3,8,12 J,1,9
<b>Freitag, 16.01.2026</b>	Bierschinken und Paprikakäse dazu ein Ei 2,3,8,12 G,1,12 C	Milchreis mit Apfelkompott G 3	Bierschinken und Geflügelfleischwurst dazu ein Ei 2,3,8,12 J,2,3 C
<b>Samstag, 17.01.2026</b>	Hähnchenbrust in Aspik und Butterkäse dazu Bohnensalat 2,3,8,12 G,12 2	Butterkäse und Frischkäse Kräuter dazu Bohnensalat G,12 G 2	Hähnchenbrust in Aspik und Salami dazu Bohnensalat 2,3,8,12 1,2,3,12 2
<b>Sonntag, 18.01.2026</b>	Schinkenwurst und Tilsiterkäse dazu eine Gewürzgurke 2,3,8,12 G,12 2,9	Tilsiterkäse und Schnittlauchstreichekäse dazu eine Gewürzgurke G,12 G 2,9	Schinkenwurst und Geflügel-Champignonpastete dazu eine Gewürzgurke 2,3,8,12 2,3,8,12 2,9

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 3 von 12.01.2026 bis 18.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
<b>Montag, 12.01.2026</b>	Leberwurst fein und  Kräuterkäse dazu  eine Tomate	Kräuterkäse und  Frischkäse natur dazu  eine Tomate	Leberwurst fein und  Fleischkäse grob dazu  eine Tomate
	Kj 1345 / kcal 325 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7  Kj 1240 / kcal 295 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,1  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	Kj 1240 / kcal 295 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,1  Kj 663 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 8,8 / Salz 0,8  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	Kj 1345 / kcal 325 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7  Kj 1059 / kcal 256 / Fett 21,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,6 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 14,1 / Salz 1,9  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
	Lyoner und  Emmentalerkäse dazu  ein Ei	Emmentalerkäse und  Hüttenkäse dazu  ein Ei	Lyoner und  Putenbrust dazu  ein Ei
<b>Dienstag, 13.01.2026</b>	Zwei Wiener Würstchen dazu  mediterraner Nudelsalat	Eine vegetarische Bratwurst dazu  mediterraner Nudelsalat	Zwei Wiener Würstchen dazu  Pusztasalat
	Kj 1035 / kcal 250 / Fett 22,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,6 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 12,0 / Salz 2,3  Kj 1469 / kcal 354 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2  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	Kj 1469 / kcal 354 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2  Kj 385 / kcal 92 / Fett 3,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,8 / Salz 0,8  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	Kj 1035 / kcal 250 / Fett 22,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,6 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 12,0 / Salz 2,3  Kj 420 / kcal 99 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 22,0 / Salz 2,7  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
	Wurstsalat  Gurkenhappen	Eine vegetarische Bratwurst dazu  Gurkenhappen	Zwei Wiener Würstchen dazu  Gurkenhappen
<b>Donnerstag, 15.01.2026</b>	Paprikalyoner und  Weichkäse dazu  Gurkenhappen	Weichkäse und  Eibländer Käse Natur dazu  Gurkenhappen	Paprikalyoner und  Geflügel-Brokkolipastete dazu  Gurkenhappen
	Kj 984 / kcal 237 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,9  Kj 1539 / kcal 372 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 22,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,6  Kj 53 / kcal 13 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,4 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2	Kj 1539 / kcal 372 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 22,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,6  Kj 1458 / kcal 351 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2  Kj 53 / kcal 13 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,4 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2	Kj 984 / kcal 237 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,9  Kj 654 / kcal 157 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,5  Kj 53 / kcal 13 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,4 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2
	Bierschinken und  Paprikakäse dazu  ein Ei	Milchreis mit  Apfelkompott	Bierschinken und  Geflügelfleischwurst dazu  ein Ei
<b>Freitag, 16.01.2026</b>	Kj 728 / kcal 175 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,2  Kj 1510 / kcal 364 / Fett 30,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 21,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,8  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	Kj 448 / kcal 107 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 9,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,2  Kj 381 / kcal 91 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 18,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,0	Kj 728 / kcal 175 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,2  Kj 859 / kcal 207 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,4 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,0  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
	Hähnchenbrust in Aspik und  Butterkäse dazu  Bohnensalat	Butterkäse und  Frischkäse Kräuter dazu  Bohnensalat	Hähnchenbrust in Aspik und  Salami dazu  Bohnensalat
	Kj 398 / kcal 94 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,2  Kj 1331 / kcal 321 / Fett 25,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 2,0  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	Kj 1331 / kcal 321 / Fett 25,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 2,0  Kj 664 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 8,8 / Salz 1,0  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	Kj 398 / kcal 94 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,2  Kj 1463 / kcal 353 / Fett 31,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,0 / Salz 3,6  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
<b>Samstag, 17.01.2026</b>	Schinkenwurst und  Tilsiterkäse dazu  eine Gewürzgurke	Tilsiterkäse und  Schnittlauchstreichekäse dazu  eine Gewürzgurke	Schinkenwurst und  Geflügel-Champignonpastete dazu  eine Gewürzgurke
	Kj 972 / kcal 235 / Fett 19,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,4 / Salz 2,0  Kj 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0  Kj 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1	Kj 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0  Kj 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3  Kj 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1	Kj 972 / kcal 235 / Fett 19,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,4 / Salz 2,0  Kj 636 / kcal 153 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,4  Kj 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1

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

Menüplan für KW 4 von 19.01.2026 bis 25.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
Montag, 19.01.2026	Salami und Goudakäse dazu eine Tomate 	Goudakäse und Frischkäse Kräuter dazu eine Tomate 	Salami und Lyoner dazu eine Tomate 
Dienstag, 20.01.2026	Jagdwurst und Tilsiterkäse dazu Puszta Salat 	Tilsiterkäse und Hüttenkäse dazu Puszta Salat 	Jagdwurst und Edelgemüse in Aspik dazu Puszta Salat  
Mittwoch, 21.01.2026	Ein Matjesfilet nach Hausfrauen Art mit BIO Salzkartoffeln 	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark 	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark 
Donnerstag, 22.01.2026	Geflügelfleischwurst und Emmentalerkäse dazu Gurkenscheiben 	Emmentalerkäse und Butterkäse dazu Gurkenscheiben 	Feine Leberwurst und Geflügelfleischwurst dazu Gurkenscheiben  
Freitag, 23.01.2026	Hausgemachter Fleischsalat und Kräuterkäse dazu Rote-Bete-Salat 	Kräuterkäse und Schmelzkäse pikant dazu Rote-Bete-Salat 	Hausgemachter Fleischsalat und Geflügelsalami dazu Rote-Bete-Salat  
Samstag, 24.01.2026	Geflügeljagdwurst und Weichkäse dazu ein Ei 	Maasdamer Käse und Weichkäse dazu ein Ei 	Geflügeljagdwurst und Vorderschinken dazu ein Ei  
Sonntag, 25.01.2026	Kasslerbraten und Elbländer Käse natur dazu eine Gewürzgurke 	Elbländer Käse natur und Schnittlauchstreichkäse dazu eine Gewürzgurke 	Kasslerbraten und Hähnchenbrust in Aspik dazu eine Gewürzgurke 

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 4 von 19.01.2026 bis 25.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
<b>Montag, 19.01.2026</b>	Salami und Goudakäse dazu eine Tomate  1,2,3,12 G,12	Goudakäse und Frischkäse Kräuter dazu eine Tomate  G,12 G	Salami und Lyoner dazu eine Tomate  1,2,3,12 2,3,8,12
<b>Dienstag, 20.01.2026</b>	Jagdwurst und Tilsiterkäse dazu Puszta Salat  2,3,8,12 G,12 I,9	Tilsiterkäse und Hüttenkäse dazu Puszta Salat  G,12 G I,9	Jagdwurst und Edelgemüse in Aspik dazu Puszta Salat  2,3,8,12 3,12 I,9
<b>Mittwoch, 21.01.2026</b>	Ein Matjesfilet nach Hausfrauen Art mit BIO Salzkartoffeln  A,A3,C,D,G,J,2 A,A1,C,G,J,9	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark  G	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark  G
<b>Donnerstag, 22.01.2026</b>	Geflügelfleischwurst und Emmentalerkäse dazu Gurkenscheiben  J,2,3 G,12	Emmentalerkäse und Butterkäse dazu Gurkenscheiben  G,12 G,12	Feine Leberwurst und Geflügelfleischwurst dazu Gurkenscheiben  2,3,12 J,2,3
<b>Freitag, 23.01.2026</b>	Hausgemachter Fleischsalat und Kräuterkäse dazu Rote-Bete-Salat  2,3,8,9 G,12,12 9	Kräuterkäse und Schmelzkäse pikant dazu Rote-Bete-Salat  G,1,2,12 G 9	Hausgemachter Fleischsalat und Geflügelsalami dazu Rote-Bete-Salat  2,3,8,9 1,2,3,12 9
<b>Samstag, 24.01.2026</b>	Geflügeljagdwurst und Weichkäse dazu ein Ei  2,3,8,12 G C	Maasdamer Käse und Weichkäse dazu ein Ei  G,12 G C	Geflügeljagdwurst und Vorderschinken dazu ein Ei  2,3,8,12 2,3,8,12 C
<b>Sonntag, 25.01.2026</b>	Kasslerbraten und Elbländer Käse natur dazu eine Gewürzgurke  2,3,8,12 G,12 2,9	Elbländer Käse natur und Schnittlauchstreikäse dazu eine Gewürzgurke  G,12 G 2,9	Kasslerbraten und Hähnchenbrust in Aspik dazu eine Gewürzgurke  2,3,8,12 2,3,8,12 2,9

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) gewächst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 4 von 19.01.2026 bis 25.01.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
Montag, 19.01.2026	Salami und Goudakäse dazu eine Tomate	Goudakäse und Frischkäse Kräuter dazu eine Tomate	KJ 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,0 / Salz 3,6 KJ 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,5 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,9 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
	Jagdwurst und Tilsiterkäse dazu Puszta Salat	Tilsiterkäse und Hüttenkäse dazu Puszta Salat	KJ 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,5 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,9 KJ 664 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 8,8 / Salz 1,0 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 Matjesfilet nach Hausfrauen Art mit BIO Salzkartoffeln	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark	KJ 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0 KJ 385 / kcal 92 / Fett 3,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,8 / Salz 0,8 KJ 81 / kcal 19 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,0
Dienstag, 20.01.2026	Geflügelfleischwurst und Emmentalerkäse dazu Gurkenscheiben	Emmentalerkäse und Butterkäse dazu Gurkenscheiben	KJ 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,2 KJ 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0 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
	Hausgemachter Fleischsalat und Kräuterkäse dazu Rote-Bete-Salat	Kräuterquark	KJ 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,2 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 KJ 390 / kcal 93 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 10,5 / Salz 1,0
	Geflügelfleischwurst und Emmentalerkäse dazu Gurkenscheiben		KJ 1469 / kcal 354 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2 KJ 1331 / kcal 321 / Fett 25,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 2,0 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
Mittwoch, 21.01.2026	Hausgemachter Fleischsalat und Kräuterkäse dazu Rote-Bete-Salat	Kräuterkäse und Schmelzkäse pikant dazu Rote-Bete-Salat	KJ 1469 / kcal 354 / Fett 27,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2 KJ 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3 KJ 94 / 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
	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu ein Ei	Maasdamer Käse und Weichkäse dazu ein Ei	KJ 1240 / kcal 295 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,1 KJ 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3 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
	Kasslerbraten und Elbländer Käse natur dazu eine Gewürzgurke	Elbländer Käse natur und Schnittlauchstreikäse dazu eine Gewürzgurke	KJ 1458 / kcal 351 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,6 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2 KJ 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3 KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1
Donnerstag, 22.01.2026	Geflügelfleischwurst und Emmentalerkäse dazu Gurkenscheiben		KJ 1345 / kcal 325 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7 KJ 859 / kcal 207 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,4 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,0 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
	Hausgemachter Fleischsalat und Kräuterkäse dazu Rote-Bete-Salat		KJ 469 / kcal 112 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 4,5 / Salz 1,0 KJ 1240 / kcal 295 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,1 KJ 94 / 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
	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu ein Ei		KJ 469 / kcal 112 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 4,5 / Salz 1,0 KJ 1507 / kcal 364 / Fett 32,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 18,0 / Salz 3,7 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
Freitag, 23.01.2026	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu Rote-Bete-Salat		KJ 622 / kcal 149 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,5 KJ 1539 / kcal 372 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 22,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,6 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
	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu ein Ei		KJ 622 / kcal 149 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 2,5 KJ 437 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,6 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
	Kasslerbraten und Elbländer Käse natur dazu eine Gewürzgurke		KJ 628 / kcal 150 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,3 KJ 1458 / kcal 351 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2 KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1
Samstag, 24.01.2026	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu ein Ei		KJ 628 / kcal 150 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,3 KJ 437 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,6 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
	Kasslerbraten und Elbländer Käse natur dazu eine Gewürzgurke		KJ 628 / kcal 150 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,3 KJ 398 / kcal 94 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,2 KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1
	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu ein Ei		KJ 628 / kcal 150 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,3 KJ 398 / kcal 94 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,2 KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1
Sonntag, 25.01.2026	Geflügelpfälzerwurst und Weichkäse dazu eine Gewürzgurke		KJ 628 / kcal 150 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,3 KJ 398 / kcal 94 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,2 KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1

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

Menüplan für KW 5 von 26.01.2026 bis 01.02.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei
Montag, 26.01.2026	Mortadella Pistazie und Frischkäse natur dazu ein Ei	Kräuterkäse und Frischkäse natur dazu ein Ei	Mortadella Pistazie und grobe Leberwurst dazu ein Ei
Dienstag, 27.01.2026	Straßburger Wurstsalat dazu Gurkenscheiben	Käsesalat dazu Gurkenscheiben	Straßburger Wurstsalat dazu Gurkenscheiben
Mittwoch, 28.01.2026	Eine Rinderfrikadelle dazu mediterraner Nudelsalat	Paprikakäse und Sahneschmelzkäse dazu mediterraner Nudelsalat	Eine Rinderfrikadelle dazu Krautsalat
Donnerstag, 29.01.2026	Champignonlyoner und Tilsiterkäse dazu eine Gewürzgurke	Goudakäse und Kräuterfrischkäse dazu eine Gewürzgurke	Champignonlyoner und feine Streichmettwurst dazu eine Gewürzgurke
Freitag, 30.01.2026	Ein Matjesfilet in Tomatensauce	Elbländer Käse Bärlauch und Champignonschmelzkäse dazu eine Tomate	Matjesfilet in Tomatensauce
Samstag, 31.01.2026	Geflügel-Ei-Pastete und Edamerkäse dazu ein Ei	Edamerkäse und Weichkäse dazu ein Ei	Geflügel-Ei-Pastete und Vorderschinken dazu ein Ei
Sonntag, 01.02.2026	Geflügelfleischwurst und Tilsiterkäse dazu Puszta Salat	Tilsitterkäse und Schnittlauchstreichkäse dazu Puszta Salat	Geflügelfleischwurst und Fleischkäse grob dazu Puszta Salat

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 5 von 26.01.2026 bis 01.02.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei			
<b>Montag, 26.01.2026</b>	Mortadella Pistazie und Frischkäse natur dazu ein Ei	H,H7,2,3,8,12 G C	Kräuterkäse und Frischkäse natur dazu ein Ei	G,1,2,12 G C	Mortadella Pistazie und grobe Leberwurst dazu ein Ei	H,H7,2,3,8,12 2,3,12 C
<b>Dienstag, 27.01.2026</b>	Straßburger Wurstsalat dazu Gurkenscheiben	G,J,1,2,3,4,8,9,12	Käsesalat dazu Gurkenscheiben	G,J,1,4	Straßburger Wurstsalat dazu Gurkenscheiben	G,J,1,2,3,4,8,9,12
<b>Mittwoch, 28.01.2026</b>	Eine Rinderfrikadelle dazu mediterraner Nudelsalat	A,A1,C,I,J A,A1,I,J,1,2,3,4	Paprikakäse und Sahneschmelzkäse dazu mediterraner Nudelsalat	G,1,12 G A,A1,I,J,1,2,3,4	Eine Rinderfrikadelle dazu Krautsalat	A,A1,C,I,J 3
<b>Donnerstag, 29.01.2026</b>	Champignonlyoner und Tilsiterkäse dazu eine Gewürzgurke	2,3,12 G,12 2,9	Goudakäse und Kräuterfrischkäse dazu eine Gewürzgurke	G,12 G 2,9	Champignonlyoner und feine Streichmettwurst dazu eine Gewürzgurke	2,3,12 2,3,12 2,9
<b>Freitag, 30.01.2026</b>	Ein Matjesfilet in Tomatensauce	A,A3,C,D,G,J,2 A,A1,C,J	Elbländer Käse Bärlauch und Champignonschmelzkäse dazu eine Tomate	G,12 G	Matjesfilet in Tomatensauce	A,A3,C,D,G,J,2 A,A1,C,J
<b>Samstag, 31.01.2026</b>	Geflügel-Ei-Pastete und Edamerkäse dazu ein Ei	C,1,2,3,8,12 G,12 C	Edamerkäse und Weichkäse dazu ein Ei	G,12 G C	Geflügel-Ei-Pastete und Vorderschinken dazu ein Ei	C,1,2,3,8,12 2,3,8,12 C
<b>Sonntag, 01.02.2026</b>	Geflügelfleischwurst und Tilsiterkäse dazu Puszta Salat	J,2,3 G,12 I,9	Tilsitterkäse und Schnittlauchstreikäse dazu Puszta Salat	G,12 G I,9	Geflügelfleischwurst und Fleischkäse grob dazu Puszta Salat	J,2,3 2,3,8,12 I,9

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 5 von 26.01.2026 bis 01.02.2026

	Abendessen	Abendessen vegetarisch	Abendessen glutenfrei			
Montag, 26.01.2026	Mortadella Pistazie und Frischkäse natur dazu ein Ei	Kräuterkäse und Frischkäse natur dazu ein Ei	KJ 1240 / kcal 295 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,1 KJ 663 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 8,8 / Salz 0,8 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	Mortadella Pistazie und grobe Leberwurst dazu ein Ei	KJ 1259 / kcal 304 / Fett 28,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 11,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 12,0 / Salz 2,1 KJ 1120 / kcal 270 / Fett 22,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 17,0 / Salz 1,8 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	
	Straßburger Wurstsalat dazu	Käsesalat dazu	KJ 903 / kcal 216 / Fett 16,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,8 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 13,3 / Salz 1,7	Straßburger Wurstsalat dazu	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	
	Gürkenscheiben	Gürkenscheiben	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	Gürkenscheiben	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	
Dienstag, 27.01.2026	Eine Rinderfrikadelle dazu	Paprikakäse und	KJ 1510 / kcal 364 / Fett 30,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 21,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,8	Eine Rinderfrikadelle dazu	KJ 909 / kcal 218 / Fett 14,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 8,8 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,1	
	mediterraner Nudelsalat	Sahneschmelzkäse dazu	KJ 1248 / kcal 301 / Fett 25,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 6,0 / davon Zucker 6,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3	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	
		mediterraner Nudelsalat	KJ 462 / kcal 111 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 17,1 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,5			
Mittwoch, 28.01.2026	Champignonlyoner und Tilsiterkäse dazu	Goudakäse und Kräuterfrischkäse dazu	KJ 1481 / kcal 357 / Fett 29,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,5 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,9 KJ 664 / kcal 160 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 8,8 / Salz 1,0	Champignonlyoner und feine Streichmettwurst dazu	KJ 774 / kcal 185 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,3 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,2 KJ 1530 / kcal 370 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,4	
	eine Gewürzgurke	eine Gewürzgurke	KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1	eine Gewürzgurke	KJ 64 / kcal 15 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1	
	Ein Matjesfilet in Tomatensauce	Elbländer Käse Bärlauch und Champignonschmelzkäse dazu	KJ 1458 / kcal 351 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 17,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,0 / Salz 1,2 KJ 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3	Matjesfilet in Tomatensauce	KJ 706 / kcal 170 / Fett 12,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,8 / Salz 3,4 KJ 1462 / kcal 349 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 9,0 / davon Zucker 5,1 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,9 / Salz 1,8	
Donnerstag, 29.01.2026	Geflügel-Ei-Pastete und Edamerkäse dazu	Edamerkäse und Weichkäse dazu	KJ 1275 / kcal 307 / Fett 22,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 2,0 KJ 1539 / kcal 372 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 22,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,6	Vorderschinken dazu	Geflügel-Ei-Pastete und Vorderschinken dazu	KJ 648 / kcal 155 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 17,0 / Salz 2,5 KJ 437 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 2,6
	ein Ei	ein Ei	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	ein Ei	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	
	Geflügelfleischwurst und Tilsiterkäse dazu	Tilsitterkäse und Schnittlauchstrechlkäse dazu	KJ 1420 / kcal 342 / Fett 26,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 2,0 KJ 784 / kcal 188 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 7,0 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,3	Fleischkäse grob dazu	Geflügelfleischwurst und Fleischkäse grob dazu	KJ 859 / kcal 207 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,4 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,0 KJ 1059 / kcal 256 / Fett 21,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,6 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 14,1 / Salz 1,9
Samstag, 31.01.2026	Puszta Salat	Puszta Salat	KJ 81 / kcal 19 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,0	Puszta Salat	Puszta Salat	KJ 81 / kcal 19 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,0
Sonntag, 01.02.2026						