

Menüplan für KW 49 von 01.12.2025 bis 07.12.2025

| | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 | |
|---------------------------|--|----------|---|----|
| Montag, 01.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Spaghetti mit (A) Carbonarasauce (Schwein) dazu (A) Gurkensalat | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) BIO Rote-Linsenbolognese mit (A) BIO Salzkartoffeln | |
| | | © | | V |
| Dienstag, 02.12.2025 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in (A) feiner Sauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln und (A) Möhrengemüse | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Fusilli mit (A) Rahmspinat | |
| | | ₹ | | VP |
| Mittwoch, 03.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Hühnerfrikassee dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Erbsengemüse (BIO Erbsen) | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne mit (A) Ratatouille Gemüse | |
| | | ₹ | | VP |
| Donnerstag, 04.12.2025 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Chili con Carne dazu (A) ein Brötchen und (A) Krautsalat | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Kräuterquark mit (A) BIO Salzkartoffeln dazu (A) Blattsalat mit (A) Kräuterdressing | |
| | | پ | (v) radioandiosomy | V |
| Freitag, 05.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Spaghetti mit (A) Lachs-Dillsauce dazu (A) Gurkensalat | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Chili sin Carne mit (A) BIO Basmati-Reis dazu (A) Gurkensalat | |
| | | | | V |
| Samstag, 06.12.2025 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Ein Putenschnitzel natur in (A) feiner Sauce dazu (A) Fusilli und (A) Bohnengemüse | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Milchreis dazu (A) Rote Grütze | |
| | (A) Bulliengeriuse | ₹ | | V |
| Sonntag, 07.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Ein Hokifilet natur dazu (A) Rahmspinat und (A) BIO Salzkartoffeln | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne mit (A) Tomatensauce dazu (A) Gurkensalat | · |
| | | | | V |



Menüplan für KW 49 von 01.12.2025 bis 07.12.2025

| | Allergieessen 1 | Allergieessen 2 |
|---------------------------|--|--|
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Montag, | (A) Spaghetti mit | (A) BIO Rote-Linsenbolognese mit |
| 01.12.2025 | (A) Carbonarasauce (Schwein) dazu G,2,3,8 | (A) BIO Salzkartoffeln |
| | (A) Gurkensalat 2,3 | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | Glutenfrei und Laktosefrei: |
| Diameter. | (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in | (A) Fusilli mit |
| Dienstag, | (A) feiner Sauce dazu | (A) Rahmspinat G |
| 02.12.2025 | (A) BIO Würfelkartoffeln und | |
| | (A) Möhrengemüse | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Mittwoch, | (A) Hühnerfrikassee dazu G,3 | (A) Penne mit |
| 03.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und | (A) Ratatouille Gemüse |
| | (A) Erbsengemüse (BIO Erbsen) 1,2 | |
| - 7 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | Glutenfrei und Laktosefrei: |
| | (A) Chili con Carne dazu 12 | (A) Kräuterquark mit G |
| Donnerstag, 04.12.2025 | (A) ein Brötchen und | (A) BIO Salzkartoffeln dazu |
| 04.12.2025 | (A) Krautsalat 3 | (A) Blattsalat mit |
| | | (A) Kräuterdressing 1,4 |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Freitag, | (A) Spaghetti mit | (A) Chili sin Carne mit |
| | (A) Lachs-Dillsauce dazu D,G | (A) BIO Basmati-Reis dazu |
| | (A) Gurkensalat 1,4 | (A) Gurkensalat 1,4 |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | Glutenfrei und Laktosefrei: |
| 0 | (A) Ein Putenschnitzel natur in | (A) Milchreis dazu G |
| Samstag, | (A) feiner Sauce dazu | (A) Rote Grütze |
| 06.12.2025 | (A) Fusilli und | |
| | (A) Bohnengemüse 1,2 | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Sonntag, | (A) Ein Hokifilet natur dazu | (A) Penné mit |
| | (A) Rahmspinat und G | (A) Tomatensauce dazu |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | (A) Gurkensalat 1,4 |

- 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 Schutzatmospäre verpackt

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



Menüplan für KW 49 von 01.12.2025 bis 07.12.2025

| | | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 |
|-------------------------|--|--|---|--|
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| Montag, | (A) Spaghetti mit | Ballaststoffe 0,0 / Exwells 0,0 / Salz 0,0 kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 | (A) BIO Rote-Linsenbolognese mit | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 310 / kcal 74 / Fett 1,5 / davon gattigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 3,7 |
| 01.12.2025 | (A) Carbonarasauce (Schwein) dazu | kJ 473 / kcal 113 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0.1 / Eiweiß 6.3 / Salz 1.3 | (A) BIO Salzkartoffeln | 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 0,1 |
| | (A) Gurkensalat | kJ 184 / 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 | | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 |
| | (A) 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 | (A) Fusilli mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 |
| Dienstag, 02.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Rahmspinat | kJ 353 / kcal 84 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 1,0 |
| V | (A) BIO Würfelkartoffeln und | 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 0,1 | _ | |
| | (A) Möhrengemüse | kJ 176 / kcal 42 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 7,2 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,1 | | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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, | (A) Hühnerfrikassee dazu | kJ 168 / kcal 40 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,8 | (A) Penne mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 |
| 03.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und (A) Erbsengemüse (BIO Erbsen) | 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 kJ 424 / kcal 101 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,0 / davon Zucker 2,2 / | (A) Ratatouille Gemüse | kJ 124 / kcal 30 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 3,6 / Eiweiß 1,1 / Salz 2,7 |
| | () 3 (| Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,0 | | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Chili con Carne dazu | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballastsotfe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 283 / kcal 68 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 4,6 / davon Zucker 4,5 / |
| Donnerstag. | (A) chill con Carne dazu | Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,9 / Salz 2,0 kJ 1023 / kcal 243 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 45,0 / davon Zucker 1,6 / | (A) Kräuterquark mit (A) BIO Salzkartoffeln dazu | Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 6,0 / Salz 1,6 kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / |
| 04.12.2025 | (A) Krautsalat | Ballaststoffe 6,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,3 kJ 218 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / | (A) Blattsalat mit | Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | | Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5 | (A) Kräuterdressing | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | (A) Spaghetti mit | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / | (A) Chili sin Carne mit | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 252 / kcal 60 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 4,1 / |
| Freitag, 05.12.2025 | (A) Lachs-Dillsauce dazu | Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 kJ 383 / kcal 92 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,8 / | (A) BIO Basmati-Reis dazu | Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,9 kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / |
| 03.12.2023 | (A) Gurkensalat | Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,3 kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | (A) Gurkensalat | Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | Glutenfrei und Laktosefrei: | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | (A) Ein Putenschnitzel natur in | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 397 / kcal 95 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,5 / | (A) Milchreis dazu | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 456 / kcal 109 / Fett 2,4 / dayon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 18,7 / dayon Zucker 10,2 / |
| Samstag, | (A) feiner Sauce dazu | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,0 / Salz 1,3 kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / | (A) Rote Grütze | Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1 kJ 418 / kcal 100 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 23,3 / davon Zucker 20,2 / |
| 06.12.2025 | (A) Fusilli und | Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / | | Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,0 |
| | (A) Bohnengemüse | Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 kJ 193 / kcal 46 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 1,0 / | - | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,0 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| Sonntag, | (A) Ein Hokifilet natur dazu | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | (A) Penne mit | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / |
| 07.12.2025 | (A) Rahmspinat und | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 353 / kcal 84 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,8 / | (A) Tomatensauce dazu | Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Pollesteteffe 0,0 / Eiweiß 4,1 Selz 4,1 |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 1,0 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 0,1 | (A) Gurkensalat | Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1 kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 |



Menüplan für KW 50 von 08.12.2025 bis 14.12.2025

| | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 | |
|---------------------------|---|-------------------|--|------|
| Montag, 08.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Spaghetti mit (A) Bolognese Sauce | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) BIO Minestrone mit Reiseinlage | |
| | | | | V |
| Dienstag, 09.12.2025 | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Rindersaftgulasch dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Bohnengemüse | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Glutenfreie Spaghetti mit (A) Gemüsebolognese dazu (A) Gurkensalat | |
| | | 473 | | V |
| Mittwoch, 10.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Kartoffelsuppe mit (A) einer Rindswurst dazu (A) eine Kaisersemmel | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Penne mit (A) Soja-Basilikumsauce dazu (A) Blattsalat mit (A) Kräuterdressing | |
| | | # | | V |
| Donnerstag, 11.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Ein Hokifilet natur in (A) Kräutersauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Wedges mit (A) Tomatensauce dazu (A) Möhrengemüse | |
| | | \Leftrightarrow | | V |
| Freitag, 12.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Zwei Rindswürste dazu (A) Ketchup und (A) BIO Salzkartoffeln | | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) BIO Basmati-Reis mit (A) Kräutersauce dazu (A) Zucchinigemüse | |
| | | S | | V |
| Samstag, 13.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Ein Seelachsfilet natur dazu (A) Rahmspinat und (A) BIO Würfelkartoffeln | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Erbseneintopf dazu (A) eine Kaisersemmel | |
| | | \Leftrightarrow | | V |
| Sonntag, 14.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in (A) Kräutersauce dazu (A) Möhrengemüse und (A) BIO Basmati-Reis | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Baked Beans dazu (A) BIO Salzkartoffeln | |
| | · · | ₹ 7 | | abla |



Menüplan für KW 50 von 08.12.2025 bis 14.12.2025

| | Allergieessen 1 | Allergieessen 2 |
|-------------------------|--|--|
| Mantan | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Montag, 08.12.2025 | (A) Spaghetti mit | (A) BIO Minestrone mit Reiseinlage |
| 06.12.2025 | (A) Bolognese Sauce 12 | |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: |
| Dienstag, | (A) Rindersaftgulasch dazu | (A) Glutenfreie Spaghetti mit |
| 09.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und | (A) Gemüsebolognese dazu I,12 |
| | (A) Bohnengemüse 1,2 | (A) Gurkensalat 1,4 |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | Glutenfrei und Laktosefrei: |
| Mitturash | (A) Kartoffelsuppe mit | (A) Penne mit |
| Mittwoch, 10.12.2025 | (A) einer Rindswurst dazu 2,3,8 | (A) Soja-Basilikumsauce dazu F,2,3 |
| 10.12.2025 | (A) eine Kaisersemmel F | (A) Blattsalat mit |
| | | (A) Kräuterdressing 1,4 |
| G | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Donnerstag, | (A) Ein Hokifilet natur in | (A) Wedges mit |
| 11.12.2025 | (A) Kräutersauce dazu G | (A) Tomatensauce dazu |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | (A) Möhrengemüse |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | Laktosefrei und Glutenfrei: |
| Freitag, | (A) Zwei Rindswürste dazu 2,3,8 | (A) BIO Basmati-Reis mit |
| 12.12.2025 | (A) Ketchup und | (A) Kräutersauce dazu G |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | (A) Zucchinigemüse 1,2 |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Samstag, | (A) Ein Seelachsfilet natur dazu | (A) Erbseneintopf dazu I |
| 13.12.2025 | (A) Rahmspinat und G | (A) eine Kaisersemmel F |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| Canntan | (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in | (A) Baked Beans dazu |
| Sonntag, 14.12.2025 | (A) Kräutersauce dazu G | (A) BIO Salzkartoffeln |
| 14. 12.2025 | (A) Möhrengemüse und | |
| | (A) BIO Basmati-Reis | |

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 Schutzatmospäre verpackt



Menüplan für KW 50 von 08.12.2025 bis 14.12.2025

| | | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 |
|-------------------------|--|---|--|--|
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| Montag, | (A) Spaghetti mit | kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 | (A) BIO Minestrone mit Reiseinlage | kJ 106 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 0,7 / Salz 2,8 |
| 08.12.2025 | (A) Bolognese Sauce | kJ 464 / kcal 111 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0.7 / Eiweiß 11.3 / Salz 0.3 | | Daliasistifie 1,07 Elweis 0,77 Gaiz 2,0 |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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. | (A) Rindersaftgulasch dazu | kJ 424 / kcal 101 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0.0 / Eiweiß 15.9 / Salz 0.1 | (A) Glutenfreie Spaghetti mit | kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0.4 / Eiweiß 2.4 / Salz 0.3 |
| 09.12.2025 | (A) 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 | (A) Gemüsebolognese dazu | kJ 175 / kcal 42 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 2,4 / Eiweiß 1,4 / Salz 3,1 |
| | (A) Bohnengemüse | kJ 193 / kcal 46 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4.4 / Eiweiß 2.0 / Salz 0.0 | (A) Gurkensalat | kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0.0 / Eiweiß 0.0 / Salz 0.8 |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 |
| | (A) Kartoffelsuppe mit | kJ 135 / kcal 32 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,3 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 1.3 / Eiweiß 0.8 / Salz 0.8 | (A) Penne mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 |
| Mittwoch, 10.12.2025 | (A) einer Rindswurst dazu | kJ 856 / kcal 206 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,7 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0.1 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,2 | (A) Soja-Basilikumsauce dazu | kJ 358 / kcal 86 / Fett 7,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 1,2 / Salz 1,0 |
| 10.12.2025 | (A) eine Kaisersemmel | kJ 1023 / kcal 243 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 45,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 6,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,3 | (A) 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 |
| | | Danders (10 g) 7 Email 2 (0 f and 2 f | (A) 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 |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| Donnerstag, | (A) 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 | (A) Wedges mit | kJ 565 / kcal 135 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 23,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,6 |
| 11.12.2025 | (A) Kräutersauce dazu | kJ 320 / kcal 77 / Fett 6,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,8 | (A) 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 |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | 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 0,1 | (A) Möhrengemüse | kJ 176 / kcal 42 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 7,2 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,1 |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 |
| Freitag, | (A) Zwei Rindswürste dazu | kJ 856 / kcal 206 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,7 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,2 | (A) BIO Basmati-Reis mit | 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 |
| 12.12.2025 | (A) Ketchup und | kJ 326 / 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 | (A) Kräutersauce dazu | kJ 320 / kcal 77 / Fett 6,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,8 |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | 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 0.1 | (A) Zucchinigemüse | kJ 108 / kcal 26 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1.8 / Salz 0.0 |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| Samstag, | (A) Ein Seelachsfilet natur 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 | (A) Erbseneintopf dazu | kJ 120 / kcal 29 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,8 |
| 13.12.2025 | (A) Rahmspinat und | kJ 353 / kcal 84 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 1,0 | (A) eine Kaisersemmel | kJ 1023 / kcal 243 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 45,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 6,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,3 |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | 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 0,1 | | Daliastatorie 0,57 Etweis 2,57 Oaiz 1,5 |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| | (A) 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 | (A) Baked Beans dazu | kJ 465 / kcal 111 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 6.5 / Eiweiß 6,4 / Salz 1,6 |
| Sonntag, | (A) Kräutersauce dazu | kJ 320 / kcal 77 / Fett 6,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,8 | (A) BIO Salzkartoffeln | 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 0,1 |
| 14.12.2025 | (A) Möhrengemüse und | kJ 176 / kcal 42 / Fett 0,3 / davior gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 7,2 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,1 | | Danidologio 2 ₁ 17 Liwells 1,97 Jaiz V, I |
| | (A) 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 | | |



Menüplan für KW 51 von 15.12.2025 bis 21.12.2025

| | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 | |
|---------------------------|---|---------|--|---------------------------------------|
| Montag, 15.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Rindergeschnetzeltes dazu (A) Fusilli und (A) Blumenkohlgemüse | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Kartoffelsuppe dazu (A) eine Kaisersemmel | |
| | | چ | | VP |
| Dienstag, 16.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Zwei Geflügelwiener in (A) feiner Sauce dazu (A) BIO Salzkartoffeln | | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Drei Kartoffelpuffer mit (A) Kräuterquark und (A) Karottensalat | |
| | | ₹ | | V |
| Mittwoch, 17.12.2025 | Laktoserfei und Glutenfrei: (A) Ein Putenschnitzel natur in (A) feiner Sauce dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Brokkoligemüse | | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Zwei Eier mit (A) Spaghetti dazu (A) Rahmspinat | |
| | | ₹1 | | V |
| Donnerstag, 18.12.2025 | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Ein Seelachs natur in (A) Kräutersauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Wedges mit (A) Tomatensauce dazu (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen | |
| | | | | V |
| Freitag, 19.12.2025 | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Ein Schweinesteak natur mit (A) Fusilli dazu (A) Champignonsauce und (A) Möhrengemüse | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Zwei Polenta Medaillons dazu (A) BIO Gemüsebolognese und (A) Blattsalat mit (A) Kräuterdressing | VP |
| Samstag, 20.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Haschee (Rind) dazu (A) Penne | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Ratatouille Gemüse dazu (A) BIO Basmati-Reis | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · |
| | | پ | | V |
| Sonntag, 21.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Spaghetti mit (A) Bolognesesauce (Rind) dazu (A) Karottensalat | | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) BIO Salzkartoffeln mit (A) Möhrenragout | |
| | | پې | | V |



Menüplan für KW 51 von 15.12.2025 bis 21.12.2025

| Microstage Microstage data | | Allergieessen 1 | Allergieessen 2 |
|--|-------------|--|--|
| 15.12.2025 A Facilit und | | Glutenfrei und Laktosefrei: | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: |
| A Burmenkenkjemnidae 1.2 Burmenkjemnidae 1.2 Burmenkjemni | Montag, | (A) Rindergeschnetzeltes dazu | (A) Kartoffelsuppe dazu |
| Alcoserie und Mitcheweißfrei | 15.12.2025 | (A) Fusilli und | (A) eine Kaisersemmel F |
| | | (A) Blumenkohlgemüse 1,2 | |
| | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | Laktosefrei und Glutenfrei: |
| | Dienstag, | (A) Zwei Geflügelwiener in 2,3,8 | (A) Drei Kartoffelpuffer mit C |
| Mittwoch | 16.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | (A) Kräuterquark und G |
| Mittwoch 17.12.205 | | (A) BIO Salzkartoffeln | (A) Karottensalat 1,4 |
| Mittwoch, 17.12.2025 A feiner Sauce dazu | | Laktoserfei und Glutenfrei: | Laktosefrei und Glutenfrei: |
| 17.12.2025 (A) Bird Sambar Resi und (A) Brokkoligemüse | Misson | (A) Ein Putenschnitzel natur in | (A) Zwei Eier mit C |
| A) BiC Basmati-Reis und A) Brückerjemüs | MITTWOCH, | (A) feiner Sauce dazu | (A) Spaghetti dazu |
| Donnerstag 18.12.2025 (A) Existerie und Glutenfrei. (A) Existerie und Glutenfrei. (A) Wedges mit | 17.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und | (A) Rahmspinat G |
| Note | | (A) Brokkoligemüse | |
| 18.12.2025 (A) Kräutersauce dazu G (A) Tomatensauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen 1,2 | | Laktosefrei und Glutenfrei: | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: |
| 18.12.2025 (A) Kräutersauce dazu G (A) Tomatensauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen 1,2 | Donnerstag, | (A) Ein Seelachs natur in | (A) Wedges mit |
| Freitag 19.12.2025 19.12.2025 Freitag 19.12.2025 19.12.2025 19.12.2025 Freitag 19.12.2025 Fr | | | (A) Tomatensauce dazu |
| Freitagy 19.12.2025 (A) Ein Schweinesteak natur mit (A) Zwei Polenta Medaillons dazu (A) BIO Gemüsebolognese und (A) BIAI Schweinesteak natur mit (A) Mohrengemüse (A) Hasckerfei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Hascker (Rind) dazu (A) Ratatouille Gemüse dazu (A) Battosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Battosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) BiO Samati-Reis (A) BiO Salzkartoffeln mit (A) BiO Salzkartoffeln mit (A) BiO Salzkartoffeln mit (A) BiO Salzkartoffeln mit (A) Möhrenragout (A) Mö | | (A) BIO Würfelkartoffeln | (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen 1,2 |
| Freitag, 19.12.2025 (A) Fusili dazu (A) Gamüsebolognese und (A) Blatsalat mit (A) Möhrengemüse (A) Kräuterdresibundrei und Milcheiweißfrei: (A) Hascoeffei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne Laktoseffei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne Laktoseffei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne Laktoseffei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) BlO Basmati-Reis (A) BlO Salzkartoffeln mit | | Laktosefrei und Glutenfrei: | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: |
| 19.12.2025 A Champignonsauce und A Champigno | Fusitor | (A) Ein Schweinesteak natur mit | (A) Zwei Polenta Medaillons dazu |
| (A) Blattsalat misting (A) Möhrengemüse (A) Möhrengemüse (A) Möhrengemüse (A) Möhrengemüse (A) Möhrengemüse (A) Kräuterdressing (A) Katosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Blog samati-Reis (A) Blog sa | 10 12 2025 | (A) Fusilli dazu | (A) BIO Gemüsebolognese und |
| Samstag, 20.12.2025 Company of the properties | 19.12.2025 | (A) Champignonsauce und G | (A) Blattsalat mit |
| Samstag, 20.12.2025 (A) Haschee (Rind) dazu (A) Ratatouille Gemüse dazu (A) Ponne (A) BIO Basmati-Reis Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: Laktosefrei und Glutenfrei: Sonntag, 21.12.2025 (A) Spaghetti mit (A) BIO Salzkartoffeln mit (A) Biognesesauce (Rind) dazu (B) Möhrenragout (B) Möhrenragout | | (A) Möhrengemüse | (A) Kräuterdressing 1,4 |
| 20.12.2025 (A) Penne (A) BIO Basmati-Rein (Serious dazu (B) Basmati-Rein (Se | 0 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: |
| (A) Penne (A) BIO Basmati-Reis Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: Laktosefrei und Glutenfrei: Sonntag, 21.12.2025 (A) Bolognesesauce (Rind) dazu 12 (A) Möhrenragout G | Samstag, | (A) Haschee (Rind) dazu | (A) Ratatouille Gemüse dazu |
| Sonntag, (A) Spaghetti mit (A) BIO Salzkartoffeln mit 21.12.2025 (A) Biogneseauce (Rind) dazu 12 4 Möhrenragout G | 20.12.2025 | (A) Penne | (A) BIO Basmati-Reis |
| 21.12.2025 (A) Bolognesesauce (Rind) dazu 12 (A) Möhrenragout G | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | Laktosefrei und Glutenfrei: |
| 21.12.2025 (A) Bolognesesauce (Rind) dazu 12 (A) Möhrenragout G | Sonntag, | (A) Spaghetti mit | (A) BIO Salzkartoffeln mit |
| (A) Karottensalat 1,4 | 21.12.2025 | (A) Bolognesesauce (Rind) dazu 12 | (A) Möhrenragout G |
| | | (A) Karottensalat 1,4 | |

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 Schutzatmospäre verpackt



Menüplan für KW 51 von 15.12.2025 bis 21.12.2025

| , | | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 |
|-------------------------|--|---|--|---|
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | -0.00 | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 | | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 |
| Montag. | (A) Rindergeschnetzeltes 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 | (A) Kartoffelsuppe dazu | kJ 135 / kcal 32 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,3 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 0.8 / Salz 0.8 |
| 15.12.2025 | (A) Fusilli und | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / | (A) eine Kaisersemmel | kJ 1023 / kcal 243 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 45,0 / davon Zucker 1,6 / |
| 10.12.2020 | _` | Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 | `` | Ballaststoffe 6,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,3 |
| | (A) Blumenkohlgemüse | kJ 209 / kcal 50 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,3 | | |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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, | (A) Zwei Geflügelwiener in | kJ 1136 / kcal 274 / Fett 24,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,8 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 13,2 / Salz 2,2 | (A) Drei Kartoffelpuffer mit | kJ 474 / kcal 113 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1.5 / Eiweiß 2.5 / Salz 1.0 |
| 16.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Kräuterquark und | kJ 283 / kcal 68 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 4,6 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 0.1 / Eiweiß 6.0 / Salz 1.6 |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / | (A) Karottensalat | kJ 167 / kcal 40 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | | Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1 | | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 1,0 |
| | Laktoserfei und Glutenfrei: | 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 | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 |
| | (A) Ein Putenschnitzel natur in | kJ 397 / kcal 95 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,5 / | (A) Zwei Eier mit | kJ 640 / kcal 153 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / |
| Misson | | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,0 / Salz 1,3 | ``_ | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,1 / Salz 0,8 |
| Mittwoch, 17.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Spaghetti dazu | kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 |
| | (A) 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 | (A) Rahmspinat | kJ 353 / kcal 84 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 2.2 / Eiweiß 2.7 / Salz 1.0 |
| | (A) Brokkoligemüse | kJ 163 / kcal 39 / Fett 0.9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0.2 / Kohlenhydrate 1.8 / davon Zucker 1.5 / | | Ballasistone 2,27 Elweits 2,77 Salz 1,0 |
| | () Droiningsmass | Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,4 | | |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| Donnerstag, | (A) Ein Seelachs 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 | (A) Wedges mit | kJ 565 / kcal 135 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 23,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,6 |
| 18.12.2025 | (A) Kräutersauce dazu | kJ 320 / kcal 77 / Fett 6,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,8 | (A) 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 |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | kJ 318 / kcal 76 / Fett 0.0 / dayon gesättigte Fettsäuren / 0.0 / Kohlenhydrate 16.0 / dayon Zucker 0.0 / | (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen | kJ 424 / kcal 101 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,0 / davon Zucker 2,2 / |
| | (7 = | Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1 | (', | Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,0 |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| | (A) Ein Schweinesteak natur mit | kJ 523 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / | (A) Zwei Polenta Medaillons dazu | kJ 464 / kcal 111 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 0,0 / |
| Freitag, | (A) Fusilli dazu | Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3 | (A) BIO Gemüsebolognese und | Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,7 kJ 175 / kcal 42 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 4,7 / |
| 19.12.2025 | (A) Fusiiii dazu | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2.9 / Salz 0.3 | (A) BIO Gernusebolognese und | Ballaststoffe 2,4 / Eiweiß 1,4 / Salz 3,1 |
| 19.12.2025 | (A) Champignonsauce und | kJ 310 / kcal 74 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 2,6 / | (A) Blattsalat mit | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | | Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,9 | | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 |
| | (A) Möhrengemüse | kJ 176 / kcal 42 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 7,2 / Ballaststoffe 3.0 / Eiweiß 0.6 / Salz 0.1 | (A) 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 |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| Samstag, | (A) Haschee (Rind) dazu | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 | - (A) B-1-1-311 C-1-3-1-3-1-3-1-3-1-3-1-3-1-3-1-3-1-3-1- | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 124 / kcal 30 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 3,3 / |
| 20.12.2025 | (A) Haschee (Rind) dazu | kJ 462 / kcal 111 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0.2 / Eiweiß 10.2 / Salz 0.9 | (A) Ratatouille Gemüse dazu | KJ 124 / Kcai 30 / Fett 0,8 / davon gesattigte Fettsauren / 0,1 / Koniennydrate 4,4 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 3.6 / Eiweiß 1.1 / Salz 2.7 |
| 20.12.2025 | (A) Penne | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / | (A) BIO Basmati-Reis | kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / |
| | | Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 | <u> </u> | Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / | Laktosefrei und Glutenfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / |
| | (A) Spaghetti mit | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / | (A) BIO Salzkartoffeln mit | Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / |
| Sonntag, | (71) Opagnetti ilit | Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 | (A) DIO GAIZKARONGIII IIII | Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1 |
| 21.12.2025 | (A) Bolognesesauce (Rind) dazu | kJ 464 / kcal 111 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,9 / | (A) Möhrenragout | kJ 256 / kcal 61 / Fett 2,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 7,9 / davon Zucker 6,4 / |
| | | Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 11,3 / Salz 0,3 | - | Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,8 |
| | (A) Karottensalat | kJ 167 / kcal 40 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0.0 / Eiweiß 0.0 / Salz 1.0 | | |



Menüplan für KW 52 von 22.12.2025 bis 28.12.2025

| | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 | |
|---------------------------|--|----------|--|-------------|
| Montag, 22.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Geflügelragout in Tomatensauce dazu (A) BIO Basmati-Reis | | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Fünf Reibekuchen mit (A) Apfelmus | |
| | | ₹1 | | V |
| Dienstag, 23.12.2025 | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Ein Seelachs Filet natur in (A) Dill-Sahnesauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Wedges mit (A) Ketchup dazu (A) Gurkensalat | |
| | | A | | VP |
| Mittwoch, 24.12.2025 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Putengeschnetzeltes in Geflügel-Kräutersauce mit (A) BIO Basmati-Reis dazu (A) Bohnengemüse | | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Fusilli mit (A) Brokkoli-Sahnesauce dazu (A) Krautsalat | |
| | | ₹ | | VP |
| Donnerstag, 25.12.2025 | Laktosefrei und Glutenfrei: (A) Drei Cevapcici (Rind) dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Schmand-Dip | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: (A) Acht Vegane Sojabällchen dazu (A) BIO Salzkartoffeln und (A) Gurkensalat | |
| | | چې | | V |
| Freitag, 26.12.2025 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Ein Schweinesteak natur in (A) feiner Sauce dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Karottensalat | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) BIO Salzkartoffeln dazu (A) Champignonragout | |
| | | ㅎ | | V |
| Samstag, 27.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce dazu (A) Fusilli und (A) Möhrengemüse | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Spaghetti mit (A) Tomatensauce dazu (A) Krautsalat | |
| | | ₹ | | VP |
| Sonntag, 28.12.2025 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in (A) feiner Sauce dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Zucchinigemüse | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) BIO Würfelkartoffeln dazu (A) Spinat-Sahnesauce | |
| | · · · · · · · · | ₹1 | | $ \varphi $ |



Menüplan für KW 52 von 22.12.2025 bis 28.12.2025

| | | Allergieessen 1 | Allergieessen 2 | 2 |
|------------------------|--|-----------------|--|---|
| Montos | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | · | Laktosefrei und Glutenfrei: | · |
| Montag, 22.12.2025 | (A) Geflügelragout in Tomatensauce dazu | | (A) Fünf Reibekuchen mit C | |
| 22.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis | | (A) Apfelmus 3 | |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | |
| Dienstag, | (A) Ein Seelachs Filet natur in | | (A) Wedges mit | |
| 23.12.2025 | (A) Dill-Sahnesauce dazu | G | (A) Ketchup dazu | |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | | (A) Gurkensalat 1,4 | |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | | Laktosefrei und Glutenfrei: | |
| | (A) Putengeschnetzeltes in Geflügel-Kräutersauce mit | A,A1,A3,G,1 | (A) Fusilli mit | |
| 24.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis dazu | | (A) Brokkoli-Sahnesauce dazu G | |
| | (A) Bohnengemüse | 1,2 | (A) Krautsalat 3 | |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | |
| | (A) Drei Cevapcici (Rind) dazu | С | (A) Acht Vegane Sojabällchen dazu F | |
| 25.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und | | (A) BIO Salzkartoffeln und | |
| | (A) Schmand-Dip | G | (A) Gurkensalat 1,4 | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | Glutenfrei und Laktosefrei: | |
| Eroitog | (A) Ein Schweinesteak natur in | | (A) BIO Salzkartoffeln dazu | |
| Freitag, 26.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | | (A) Champignonragout G | |
| 20.12.2023 | (A) BIO Basmati-Reis und | | | |
| | (A) Karottensalat | 1,4 | | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | |
| Samstag, | (A) Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce dazu | 2,3,8 | (A) Spaghetti mit | |
| 27.12.2025 | (A) Fusilli und | | (A) Tomatensauce dazu | |
| | (A) Möhrengemüse | | (A) Krautsalat 3 | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | Glutenfrei und Laktosefrei: | |
| Sanntag | (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in | | (A) BIO Würfelkartoffeln dazu | |
| Sonntag, 28.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | | (A) Spinat-Sahnesauce G,I | |
| 20. 12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und | | | |
| | (A) Zucchinigemüse | 1,2 | | |

- 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 Schutzatmospäre verpackt

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



Menüplan für KW 52 von 22.12.2025 bis 28.12.2025

| | | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 |
|-----------------------|--|--|--|---|
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Laktosefrei und Glutenfrei: | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eïweiß 0,0 / Salz 0,0 |
| Montag, 22.12.2025 | (A) Geflügelragout in Tomatensauce dazu | kJ 97 / kcal 23 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 3,2 / Ballaststoffe 0.5 / Eiweiß 0.6 / Salz 0.6 | (A) Fünf Reibekuchen mit | kJ 474 / kcal 113 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 1,0 |
| 22.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis | k.J 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 | (A) Apfelmus | kJ 289 / kcal 69 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,8 / davon Zucker 14,3 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,0 |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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, | (A) Ein Seelachs Filet 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 | (A) Wedges mit | kJ 565 / kcal 135 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 23,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1.6 / Eiweiß 2,7 / Salz 0.6 |
| 23.12.2025 | (A) Dill-Sahnesauce dazu | k.J 419 / kcal 100 / Fett 8,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,5 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 1.6 / Salz 0.9 | (A) Ketchup dazu | kJ 326 / 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 |
| | (A) BIO Würfelkartoffeln | 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 0,1 | (A) Gurkensalat | kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 |
| | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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, | (A) Putengeschnetzeltes in Geflügel-Kräutersauce mit | kJ 386 / kcal 92 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,9 / Salz 0,7 | (A) Fusilli mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 |
| 24.12.2025 | (A) 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 | (A) Brokkoli-Sahnesauce dazu | kJ 311 / kcal 74 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,7 |
| | (A) Bohnengemüse | kJ 193 / kcal 46 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,0 | (A) Krautsalat | kJ 218 / 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 |
| | Laktosefrei und Glutenfrei: | 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 | Laktosefrei, Glutenfrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| Donnerstag, | (A) Drei Cevapcici (Rind) dazu | kJ 1110 / kcal 267 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 20,0 / Salz 1,4 | (A) Acht Vegane Sojabällchen dazu | kJ 724 / 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 |
| 25.12.2025 | (A) 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 | (A) BIO Salzkartoffeln und | 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 0.1 |
| | (A) Schmand-Dip | kJ 1000 / kcal 239 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,8 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,1 | (A) Gurkensalat | kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 |
| | (A) Ein Schweinesteak natur in | kJ 523 / 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 | (A) BIO Salzkartoffeln 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 0,1 |
| Freitag, 26.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Champignonragout | kJ 310 / kcal 74 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,9 |
| 20.12.2020 | (A) 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 | | |
| | (A) Karottensalat | kJ 167 / kcal 40 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 1,0 | | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 |
| Samstag, | (A) Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce dazu | kJ 555 / kcal 133 / Fett 10,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 5,9 / Salz 1,5 | (A) Spaghetti mit | kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 |
| 27.12.2025 | (A) Fusilli und | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 | (A) 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 |
| | (A) Möhrengemüse | kJ 176 / kcal 42 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 7,2 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,1 | (A) Krautsalat | kJ 218 / 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 |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 |
| | (A) 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 | (A) 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 0,1 |
| Sonntag, 28.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Spinat-Sahnesauce | kJ 334 / kcal 80 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,0 / Salz 1,4 |
| _5.12.2020 | (A) 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 | | |
| | (A) Zucchinigemüse | kJ 108 / kcal 26 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,0 | | |



Menüplan für KW 1 von 29.12.2025 bis 04.01.2026

| | Allergieessen 1 | | Allergieessen 2 | |
|---------------------------|--|-------------------|---|----|
| Montag, 29.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Spaghetti mit (A) Carbonarasauce (Schwein) | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweßfrei: (A) BIO Rote-Linsenbolognese mit (A) BIO Salzkartoffeln | |
| | | ૄ | | V |
| Dienstag, 30.12.2025 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in (A) feiner Sauce dazu (A) BIO Würfelkartoffeln und (A) Möhrengemüse | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Fusilli mit (A) Rahmspinat | |
| | | ₹ | | V |
| Mittwoch, 31.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Hühnerfrikassee dazu (A) BIO Basmati-Reis und (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne mit (A) Ratatouille Gemüse | |
| | | ₹ | | P |
| Donnerstag, 01.01.2026 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweßfrei: (A) Chili con Carne (Rind) dazu (A) ein Brötchen | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Kräuterquark mit (A) BIO Salzkartoffeln dazu (A) Blattsalat mit (A) Kräuterdressing | |
| | | 4 | (v) made aloomy | VP |
| Freitag, 02.01.2026 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Spaghetti mit (A) Lachs-Dillsauce dazu (A) Gurkensalat | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Chili sin Carne mit (A) BIO Basmati-Reis dazu (A) Gurkensalat | |
| | | | | V |
| Samstag, 03.01.2026 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Ein Putenschnitzel natur in (A) feiner Sauce dazu (A) Putsilli und | | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Milchreis dazu (A) Rote Grütze | |
| | (A) Bohnengemüse | ₹ | | VP |
| Sonntag, 04.01.2026 | Glutenfrei und Laktosefrei: (A) Ein Hokifilet natur dazu (A) Rahmspinat und (A) BIO Salzkartoffeln | - | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: (A) Penne mit (A) Tomatensauce dazu (A) Gurkensalat | · |
| | | \Leftrightarrow | | V |



Menüplan für KW 1 von 29.12.2025 bis 04.01.2026

| | Alle | rgieessen 1 | Allergieessen 2 | | |
|------------------------|--|-------------|--|--|--|
| Montag, 29.12.2025 | Glutenfrei und Laktosefrei: | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweßfrei: | | |
| | (A) Spaghetti mit | | (A) BIO Rote-Linsenbolognese mit | | |
| | (A) Carbonarasauce (Schwein) | G,2,3,8 | (A) BIO Salzkartoffein | | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | Glutenfrei und Laktosefrei: | | |
| | (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in | | (A) Fusilli mit | | |
| Dienstag, 0.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | | (A) Rahmspinat G | | |
| 0.12.2023 | (A) BIO Würfelkartoffeln und | | | | |
| | (A) Möhrengemüse | | | | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | |
| littwoch, | (A) Hühnerfrikassee dazu | G,3 | (A) Penne mit | | |
| 1.12.2025 | (A) BIO Basmati-Reis und | | (A) Ratatouille Gemüse | | |
| | (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen | 1,2 | | | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweßfrei: | | Glutenfrei und Laktosefrei: | | |
| | (A) Chili con Carne (Rind) dazu | 12 | (A) Kräuterquark mit G | | |
| nnerstag, 1.01.2026 | (A) ein Brötchen | F | (A) BIO Salzkartoffeln dazu | | |
| 1.01.2020 | | | (A) Blattsalat mit | | |
| | | | (A) Kräuterdressing 1,4 | | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | |
| Freitag, | (A) Spaghetti mit | | (A) Chili sin Carne mit | | |
| 2.01.2026 | (A) Lachs-Dillsauce dazu | D,G | (A) BIO Basmati-Reis dazu | | |
| | (A) Gurkensalat | 1,4 | (A) Gurkensalat 1,4 | | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | Glutenfrei und Laktosefrei: | | |
| ametea | (A) Ein Putenschnitzel natur in | | (A) Milchreis dazu G | | |
| Samstag, 3.01.2026 | (A) feiner Sauce dazu | | (A) Rote Grütze | | |
| 3.01.2020 | (A) Fusilli und | | | | |
| | (A) Bohnengemüse | 1,2 | | | |
| Sonntag, 04.01.2026 | Glutenfrei und Laktosefrei: | | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | | |
| | (A) Ein Hokifilet natur dazu | | (A) Penne mit | | |
| | (A) Rahmspinat und | G | (A) Tomatensauce dazu | | |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | | (A) Gurkensalat 1,4 | | |

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 Schutzatmospäre verpackt



Menüplan für KW 1 von 29.12.2025 bis 04.01.2026

| | | Allergieessen 1 | Allergieessen 2 | | |
|---------------------------|--|---|--|--|--|
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweßfrei: | 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 | |
| Montag, 29.12.2025 | (A) Spaghetti mit | kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 | (A) BIO Rote-Linsenbolognese mit | kJ 310 / kcal 74 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 3,7 | |
| | (A) Carbonarasauce (Schwein) | kJ 473 / kcal 113 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 6,3 / Salz 1,3 | (A) BIO Salzkartoffeln | 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 0,1 | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | |
| | (A) Ein Hähnchenbrustfilet natur in | 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 | (A) Fusilli mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 | |
| Dienstag, 30.12.2025 | (A) feiner Sauce dazu | kl 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Rahmspinat | kJ 353 / kcal 84 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 1,0 | |
| 30.12.2025 | (A) BIO Würfelkartoffeln und | 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 0,1 | | Dalidadadi Zi, Zi Zi Walio Zi, Zi Yaliz 150 | |
| | (A) Möhrengemüse | kJ 176 / kcal 42 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 7,2 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,1 | _ | | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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, | (A) Hühnerfrikassee dazu | kJ 168 / kcal 40 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0.3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0.8 | (A) Penne mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0.5 / Eiweiß 2.9 / Salz 0.3 | |
| 31.12.2025 | (A) 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 | (A) Ratatouille Gemüse | kJ 124 / kcal 30 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 3,6 / Eiweiß 1,1 / Salz 2,7 | |
| | (A) Erbsengemüse aus BIO Erbsen | kJ 424 / kcal 101 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,0 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,0 | | | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweßfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | |
| Donnerstag, 01.01.2026 | (A) Chili con Carne (Rind) dazu | kJ 332 / kcal 79 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,9 / Salz 2.0 | (A) Kräuterquark mit | kJ 283 / kcal 68 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 4,6 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 6,0 / Salz 1,6 | |
| | (A) ein Brötchen | kJ 1023 / kcal 243 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 45,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 6,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,3 | (A) BIO Salzkartoffeln 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 0,1 | |
| 01.01.2020 | | | (A) 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 | |
| | | | (A) 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 | |
| | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | |
| Freitag, | (A) Spaghetti mit | kJ 498 / kcal 119 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,3 | (A) Chili sin Carne mit | kJ 252 / kcal 60 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,9 | |
| 02.01.2026 | (A) Lachs-Dillsauce dazu | kJ 383 / kcal 92 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,3 | (A) 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 | |
| | (A) Gurkensalat | kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 | (A) Gurkensalat | kJ 113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 | |
| | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | |
| | (A) Ein Putenschnitzel natur in | kJ 397 / kcal 95 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,0 / Salz 1,3 | (A) Milchreis dazu | kJ 456 / kcal 109 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 18,7 / davon Zucker 10,2 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1 | |
| Samstag, | (A) feiner Sauce dazu | kJ 24 / kcal 6 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,3 | (A) Rote Grütze | kJ 418 / kcal 100 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 23,3 / davon Zucker 20,2 / Ballaststoffe 2.7 / Eiweiß 0.6 / Salz 0.0 | |
| 03.01.2026 | (A) Fusilli und | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 | | Danisation of Life Limits of O Call Of O | |
| | (A) Bohnengemüse | kJ 193 / kcal 46 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4.4 / Eiweiß 2.0 / Salz 0.0 | - | | |
| Sonntag, | Glutenfrei und Laktosefrei: | 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 | Glutenfrei, Laktosefrei und Milcheiweißfrei: | 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 | |
| | (A) Ein Hokifilet natur 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 | (A) Penne mit | kJ 597 / kcal 143 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 30,8 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3 | |
| 04.01.2026 | (A) Rahmspinat und | kJ 353 / kcal 84 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 1,0 | (A) 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 | |
| | (A) BIO Salzkartoffeln | 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 0,1 | (A) Gurkensalat | k.113 / kcal 27 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8 | |