

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

Menüplan für KW 10 von 02.03.2026 bis 08.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 02.03.2026	Karottencremesuppe	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu Bohngengemüse	Ungarisches Rindersaftgulasch mit BIO Basmati-Reis dazu Gurkensalat	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Paprikasauce dazu Farfalle und Brokkoligemüse	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu Vanillasauce	Quark Dessert Vanilla
		 				
Dienstag, 03.03.2026	Tomatencremesuppe	Ein Seelachs Filet natur in Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse	Hühnerfrikassee dazu BIO Basmati-Reis und Mischgemüse	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung dazu Schinken-Sahnesauce (Schwein) und Karottensalat	Bunter Kartoffelauflauf mit BIO Kartoffeln	BIO Milchpudding Schoko
		 				
Mittwoch, 04.03.2026	Grünkernsuppe	BIO Vollkorn-Spaghetti mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse	BIO Fusilli mit vier Mini-Rinderfrikadellen in Tomatensauce dazu Karottengemüse	Saure Kutteln in feiner Sauce mit Bratkartoffeln dazu Blattsalat mit Frenchdressing	Zwei Kartoffeltaschen (Kräuter- Friskäse) dazu Blumenkohl in Hollandaise und Blattsalat mit Frenchdressing	Apfelschnee
		 				
Donnerstag, 05.03.2026	Zwiebelsuppe	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu BIO Fusilli und Blattsalat mit Joghurdressing	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchini-gemüse	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in Zwiebelsauce dazu Kartoffelsalat	Eine Gemüsefrikadelle mit Béchamelsauce dazu BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Joghurdressing	Milchpudding Butterkeks
		 				
Freitag, 06.03.2026	Bärlauchcremesuppe	BIO Penne mit Käsesauce dazu Gurkensalat	Sechs Kibbelinge in Backteig mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Brokkoligemüse	Rigatoni al forno (Rind) dazu Gurkensalat	Vegetarische Bolognese mit buntem Gemüse mit BIO Würfelkartoffeln dazu Gurkensalat	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane
		 				

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 10 von 02.03.2026 bis 08.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 02.03.2026	Karottencremesuppe A,A1,G,I,4	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu A,A1,C,G,I Bohnengemüse G,I	Ungarisches Rindersaltgulasch mit BIO Basmati-Reis dazu A,A1,A3,F,I Gurkensalat 2,3	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Paprikasauce dazu A,A1,G,I Farfalle und A,A1 Brokkoligemüse G,I,1,2	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu A1,C,G Vanillasauce G	Quark Dessert Vanilla G
Dienstag, 03.03.2026	Tomatencremesuppe G,I,2,3	Ein Seelachs Filet natur in Kräutersauce dazu A,A1,A3,G BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse G,I	Hühnerfrikassee dazu A,A1,A3,G,I BIO Basmati-Reis und Mischgemüse G,I,1,2	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung dazu A,A1,C,G Schinken-Sahnesauce (Schwein) und A,A1,A3,G,I,2,3,8 Karottensalat G,I,1,4	Bunter Kartoffelauflauf mit BIO Kartoffeln A,A1,A3,G,I,1,12	BIO Milchpudding Schoko G
Mittwoch, 04.03.2026	Grünkernsuppe A,A1,G,I,4	BIO Vollkorn-Spaghetti mit A,A1 BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu G,I Reibekäse G,12	BIO Fusilli mit A,A1 vier Mini-Rinderfrikadellen in A,A1,C,I Tomatensauce dazu Karottengemüse G,I,1,2	Saure Kutteln in feiner Sauce mit A,A1,A3,F,G,J,1,3,4 Bratkartoffeln dazu Blattsalat mit Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,4	Zwei Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse) dazu G Blumenkohl in Hollandaise und C,G,I Blattsalat mit Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,4	Apfelschnee G,3
Donnerstag, 05.03.2026	Zwiebelsuppe I	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Fusilli und A,A1 Blattsalat mit Joghurt dressing A,A1,C,G,J,L,5	Ein Hähnchenbrustfilet natur in A,A1,A3,G,I,1 Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Salzkartoffeln und Zucchini gemüse G,I	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in A,A1,C,I Zwiebelsauce dazu A,A1,A3,I,J Kartoffelsalat J,1,2	Eine Gemüsefrikadelle mit A,A1,C Béchamelsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Joghurt dressing A,A1,C,G,J,L,5	Milchpudding Butterkeks A,A1,G
Freitag, 06.03.2026	Bärlauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Penne mit A,A1 Käsesauce dazu G,I Gurkensalat 1,4	Sechs Kibbelinge in A,A1,C,D,G,J Backteig mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Brokkoligemüse G,I,1,2	Rigatoni al forno (Rind) dazu A,A1,G,I,12 Gurkensalat 1,4	Vegetarische Bolognese mit buntem Gemüse mit G,I,12 BIO Würfelkartoffeln dazu Gurkensalat 1,4	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane G,3

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 10 von 02.03.2026 bis 08.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 02.03.2026	Karottencremesuppe kJ 105 / kcal 25 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu Bohnengemüse	Ungarisches Rindersaftgulasch mit BIO Basmati-Reis dazu Gurkensalat	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Paprikasauce dazu Farfalle und Brokkoligemüse	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu Vanillasauce	Quark Dessert Vanilla kJ 497 / kcal 118 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 13,8 / davon Zucker 12,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
Dienstag, 03.03.2026	Tomatencremesuppe kJ 181 / kcal 43 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,6	Ein Seelachs Filet natur in Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse	Hühnerfriskassee dazu BIO Basmati-Reis und Mischgemüse	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung dazu Schinken-Sahnesauce (Schwein) und Karottensalat	Bunter Kartoffelauflauf mit BIO Kartoffeln	BIO Milchpudding Schoko kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
Mittwoch, 04.03.2026	Grünkernsuppe kJ 187 / kcal 45 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,3	BIO Vollkorn-Spaghetti mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse	BIO Fusilli mit vier Mini-Rinderfrikadellen in Tomatensauce dazu Karottengemüse	Saure Kutteln in feiner Sauce mit Bratkartoffeln dazu Blattsalat mit Frenchdressing	Zwei Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse) dazu Blumenkohl in Hollandaise und Blattsalat mit Frenchdressing	Apfelschnee kJ 328 / kcal 78 / Fett 2,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 12,9 / davon Zucker 11,7 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,0
Donnerstag, 05.03.2026	Zwiebelsuppe kJ 49 / kcal 12 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce BIO Fusilli und Blattsalat mit Joghurt dressing	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchini gemüse	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in Zwiebelsauce dazu Kartoffelsalat	Eine Gemüsefrikadelle mit Béchamelsauce dazu BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Joghurt dressing	Milchpudding Butterkeks kJ 333 / kcal 79 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2

Menüplan für KW 10 von 02.03.2026 bis 08.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Freitag, 06.03.2026	Bärlauchcremesuppe kJ 161 / kcal 38 / Fett 3,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,2	BIO Penne mit kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,1	Sechs Kibbelinge in Backteig mit kJ 573 / kcal 140 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,0	Rigatoni al forno (Rind) dazu kJ 595 / kcal 142 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 11,9 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 9,8 / Salz 1,0	Vegetarische Bolognese mit buntem Gemüse mit kJ 151 / kcal 36 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,1 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,7	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane kJ 405 / kcal 96 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 12,8 / davon Zucker 12,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
		Käsesauce dazu kJ 469 / kcal 112 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,0 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,0 / Salz 1,0	Tomatensauce dazu kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1	Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	BIO Würfelkartoffeln dazu kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,1	
		Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	BIO 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		Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	
			Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,2			

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

Menüplan für KW 11 von 09.03.2026 bis 15.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 09.03.2026	Eiermuschelsuppe	Ein Eieromelette natur dazu Rahmspinat (BIO Spinat) dazu BIO Salzkartoffeln	Putengeschnetzeltes in Geflügel- Kräutersauce dazu BIO Fusilli und Karottensalat	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Sauerkraut	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne	BIO Milchpudding Schoko
		 				
Dienstag, 10.03.2026	Kohlrabikremesuppe	BIO Rote-Linsenbolognese mit Rigatoni dazu Reibekäse	BIO Spaghetti mit Carbonarasauce (Pute) dazu Reibekäse und Gurkensalat	Linsen mit Eierspätzle und zwei Saitenwürste (Schwein)	Vegetarischer Maultaschenauflauf dazu Gurkensalat	Fruchtquark Dessert Mandarine
		 				
Mittwoch, 11.03.2026	Champignonrahmsuppe	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu Blattsalat mit Kräuterdressing	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Blattsalat mit Kräuterdressing	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in Bratensauce dazu Schupfnudeln und Bayerisch Kraut	Zwei Apfelstrudel mit Vanillasauce	Nuss-Nougat Pudding
		 				
Donnerstag, 12.03.2026	Brokkolicremesuppe	Lachs-Kartoffelsuppe dazu eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot	Makkaroni-Hackfleischauflauf (Rind) dazu Karottensalat	Ein Schweinesteak natur in Rahmsauce dazu Bratkartoffeln und Romanbohngengemüse	BIO Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Karottensalat	Pfirsich-Maracuja Joghurt
		 				
Freitag, 13.03.2026	Flädle Suppe	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu BIO Fusilli	Sechs Hähnchen Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Mais-Paprikasalat	Ein Cordon bleu vom Schwein mit Bratensauce dazu BIO Basmati-Reis und Kaisergemüse	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Blattsalat mit Frenchdressing	Buttermilch Dessert Heidelbeere
		 				

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigegefütem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 11 von 09.03.2026 bis 15.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 09.03.2026	Eiermuschelsuppe A,A1,C,I,4	Ein Eieromelette natur C,G dazu Rahmspinat (BIO Spinat) G,I dazu BIO Salzkartoffeln	Putengeschnetzeltes in Geflügel-Kräutersauce dazu BIO Fusilli und A,A1 Karottensalat 2,3	Eine Scheibe Fleischkäse 2,3,8 (Schwein) in Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 Kartoffelpüree und G,1 Sauerkraut I,3	Bunte I,2,3,12 Gnocchi-Gemüsepfanne	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 10.03.2026	Kohlrabicremesuppe G	BIO Rote-Linsenbolognese mit Rigatoni dazu A,A1 Reibekäse G,12	BIO Spaghetti mit A,A1 Carbonarasauce (Pute) A,A1,A3,G,I,2,3,8 dazu Reibekäse und G,12 Gurkensalat 1,4	Linsen mit A,A1,A3,I,1,4 Eierspätzle und A,A1,C zwei Saitenwürste 2,3,8,12 (Schwein)	Vegetarischer A,A1,C,G,I Maultaschenauflauf dazu Gurkensalat 1,4	Fruchtquark Dessert G Mandarine
Mittwoch, 11.03.2026	Champignonrahmsuppe G,I	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu Blattsalat mit Kräuterdressing 1,4	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Salzkartoffeln und Blattsalat mit Kräuterdressing 1,4	Eine Scheibe Kassler 2,3,8 (Schwein) in Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 Schupfnudeln und A,A1,C,12 Bayerisch Kraut I	Zwei Apfelstrudel mit A,A1 Vanillasauce G	Nuss-Nougat Pudding G,H,H2
Donnerstag, 12.03.2026	Brokkolicremesuppe A,A1,A3,G,I	Lachs-Kartoffelsuppe dazu A,A1,D,G,I,4 eine Scheibe BIO A,A1,A2,A4 Vollkorn- Brot	Makkaroni-Hackfleischauflauf A,A1,A3,C,G,I,12 (Rind) dazu Karottensalat G,I,1,4	Ein Schweinesteak natur A,A1 in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Bratkartoffeln und G,I,1 Romanobohnengemüse	BIO Penne mit A,A1 Tomatensauce dazu Reibekäse und G,12 Karottensalat G,I,1,4	Pfirsich-Maracuja Joghurt G
Freitag, 13.03.2026	Flädle A,A1,C,G Suppe A,A1,I,4	Gemüsebolognese mit I,12 BIO Gemüse dazu A,A1 BIO Fusilli	Sechs Hähnchen Nuggets A,A1,8 mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und A,A1,I,4 Mais-Paprikasalat J,L,5	Ein Cordon bleu vom A,A1,G,2,3 Schwein mit Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 BIO Basmati-Reis und Kaisergemüse G,I,1	Spätzle Auflauf mit Spinat A,A1,A3,C,G,I dazu Blattsalat mit A,A1,C,I,J,1,4 Frenchdressing	Buttermilch Dessert G Heidelbeere

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 11 von 09.03.2026 bis 15.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 09.03.2026	Eiermuschelsuppe kJ 9 / kcal 2 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,1	Ein Eieromelette natur dazu Rahmspinat (BIO Spinat) dazu BIO Salzkartoffeln	Putengeschnetzeltes in Geflügel-Kräutersauce dazu BIO Fusilli und Karottensalat	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Sauerkraut	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne kJ 302 / kcal 72 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 13,8 / davon Zucker 3,1 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,5	BIO Milchpudding Schoko kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
Dienstag, 10.03.2026	Kohlribicremesuppe kJ 86 / kcal 20 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	BIO Rote-Linsenbolognese mit Rigatoni dazu Reibekäse	BIO Spaghetti mit Carbonarasauce (Pute) dazu Reibekäse und Gurkensalat	Linsen mit Eierspätzle und zwei Saitenwürste (Schwein)	Vegetarischer Maulaschenauf dazu Gurkensalat	Fruchtquark Dessert Mandarine kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
Mittwoch, 11.03.2026	ChampignonrahmsuppekJ 173 / kcal 41 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 0,5	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu Blattsalat mit Kräuterdressing	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Blattsalat mit Kräuterdressing	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in Bratensauce dazu Schupfnudeln und Bayerisch Kraut	Zwei Apfelstrudel mit Vanillasauce	Nuss-Nougat Pudding kJ 478 / kcal 114 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,2
Donnerstag, 12.03.2026	Brokkolicremesuppe kJ 123 / kcal 29 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,3	Lachs-Kartoffelsuppe dazu eine Scheibe BIO Vollkom- Brot	Makkaroni-HackfleischkJ 587 / kcal 140 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 9,7 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 8,4 / Salz 0,5 kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Ein Schweinesteak natur in Rahmsauce dazu Bratkartoffeln und Romanobohnengemisch	BIO Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Karottensalat	Pfirsich-Maracuja Joghurt kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1

Menüplan für KW 11 von 09.03.2026 bis 15.03.2026

	Vorsuppe		Menü 1 - Schule		Menü 2 - Schule		Menü 3 - Schule		Menü 4 - Schule		Dessert Schule	
Freitag, 13.03.2026	Flädle	kJ 1372 / kcal 329 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 25,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 9,3 / Salz 0,9	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu	kJ 156 / kcal 37 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 4,9 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,6	Sechs Hähnchen Nuggets mit	kJ 855 / kcal 204 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,1	Ein Cordon bleu vom Schwein mit	kJ 893 / kcal 211 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,3	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu	kJ 326 / kcal 78 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,4	Buttermilch Dessert Heidelbeere	kJ 447 / kcal 106 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,1
	Suppe	kJ 2 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,1	BIO Fusilli	kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0	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	Bratensauce dazu	kJ 34 / kcal 8 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,5	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		
					BIO Bulgur und	kJ 484 / kcal 116 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 23,1 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,1	BIO Basmati-Reis und	kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	Frenchdressing	kJ 755 / kcal 180 / Fett 18,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,5		
					Mais-Paprikasalat	kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	Kaisergemüse	kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,3				

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

Menüplan für KW 12 von 16.03.2026 bis 22.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 16.03.2026	Lauchcremesuppe	BIO Vollkorn-Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu Reibekäse  	Eine Geflügelbratwurst in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Kaisergemüse 	Ein Schweinesteak natur in Rahmsauce dazu Eierspätzle und Karottensalat 	Fünf Reibekuchen mit Apfelmus 	BIO Milchpudding Schoko 
Dienstag, 17.03.2026	Paprikasamtuppe	Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu BIO Blumenkohl Gemüse  	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Gurkensalat 	Geflügelgulasch in Paprikasauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchinigemüse 	Drei Spinatknödel mit Käsesauce dazu Gurkensalat 	Fruchtquark-Dessert Birne
Mittwoch, 18.03.2026	Steckrübensuppe	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat  	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Rosenkohl Gemüse 	Ein Schweineschnitzel paniert mit Bratensauce dazu Käsespätzle (BIO Spätzle) und Karottensalat 	BIO Vollkorn-Spaghetti mit Zuccinisauce dazu BIO Reibekäse 	Stracciatella Joghurt
Donnerstag, 19.03.2026	Grießsuppe	Bunter Nudelauf mit BIO Gemüse dazu Rote-Bete-Salat  	Eine Scheibe Siedfleisch (Rind) in Meerrettichsauce dazu Bouillontkartoffeln und Rote-Bete-Salat 	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu sieben Kroketten und Erbsenrahmgemüse 	Ein Sellerie-Knusperschnitzel dazu BIO Penne und Basilikum-Pestosauce 	BIO Milchpudding Vanille 
Freitag, 20.03.2026	Linsensuppe	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Mais-Paprikasalat  	Putencurry "Bombay" dazu BIO Basmati-Reis und Asiagemüse 	Eine Kohlroulade (Schwein) in Bratensauce dazu BIO Kräuterkartoffeln und Leipziger Allerlei 	Drei Eierpfannkuchen natur dazu Gemüsebolognese und Blattsalat mit Senfdressing 	Früchtequark Dessert Erdbeere

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 12 von 16.03.2026 bis 22.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 16.03.2026	Lauchcremesuppe A,A1,A3,G,I,4	BIO Vollkorn-Penne mit A,A1 BIO Spinat-Sahnesauce G,I dazu Reibekäse G,12	Eine Geflügelbratwurst in I,J,3,8 Bratensauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Kartoffelpüree und G,1 Kaisergemüse G,I,1	Ein Schweinesteak natur A,A1 in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Eierspätzle und A,A1,C Karottensalat 2,3	Fünf Reibekuchen mit A,A1,C Apfelmus 3	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 17.03.2026	Paprikasamtuppe A,A1,G,I	Farfalle mit A,A1 Lachs-Sahnesauce dazu A,A1,A3,D,G BIO Blumenkohlgemüse G,1,2	BIO Spaghetti mit A,A1 Bolognesesauce (Rind) A,A1,I,12 dazu Reibekäse und G,12 Gurkensalat 1,4	Geflügelgulasch in A,A1,G,I Paprikasauce dazu BIO Salzkartoffeln und G,I ZucchiniGemüse G,I	Drei Spinatknödel mit A,A1,C,G Käsesauce dazu A,A1,A3,G,I Gurkensalat 1,4	Fruchtquark-Dessert G Birne
Mittwoch, 18.03.2026	Steckrübensuppe A,A1,A3,G,I	Ein Eieromelette natur mit C,G Baked Beans dazu I,3 BIO Salzkartoffeln und Karottensalat G,I,1,4	Ein Hähnchenbrustfilet A,A1 natur in A,A1,A3,G,I,1 Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und G,I,1,2 Rosenkohlgemüse	Ein Schweineschnitzel A,A1 paniert mit Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 Käsespätzle (BIO A,A1,C,G,I Spätzle) und Karottensalat G,I,1,4	BIO Vollkorn-Spaghetti A,A1 mit Zucchinisauce dazu G,I BIO Reibekäse G,12	Stracciatella Joghurt G
Donnerstag, 19.03.2026	Grießsuppe A,A1,I,4	Bunter Nudelaufwurf mit A,A1,G,I BIO Gemüse dazu Rote-Bete-Salat 9	Eine Scheibe Siedfleisch A,A1 (Rind) in Meerrettichsauce dazu A,A1,A3,G,I,L,3,5 Bouillontkartoffeln und A,A1,I Rote-Bete-Salat 9	Schweinegeschnetzeltes A,A1,A3,G,I,1 in Rahmsauce dazu G sieben Kroketten und A,A1,A3,G,I Erbsenrahmgemüse	Ein A,A1,I Sellerie-Knusperschnitzel dazu BIO Penne und A,A1 Basilikum-Pestosauce A,A1,A3,G,I,2,3	BIO Milchpudding Vanille G
Freitag, 20.03.2026	Linsensuppe A,A1,I,1,4	Sechs Chicken Nuggets A,A1,8 mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und A,A1,I,4 Mais-Paprikasalat J,L,5	Putencurry "Bombay" A,A1,A3,G,I dazu BIO Basmati-Reis und G,I,1,2 Asiagemüse	Eine Kohlroulade A,A1 (Schwein) in Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 BIO Kräuterkartoffeln und 1,2 Leipziger Allerlei G,I,1,2	Drei Eierpfannkuchen A,A1,C,G natur dazu Gemüsebolognese und G,I,12 Blattsalat mit Senfdressing J,1,4	Früchtequark Dessert G Erdbeere

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 12 von 16.03.2026 bis 22.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 16.03.2026	Lauchcremesuppe kJ 97 / kcal 23 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	BIO Vollkorn-Penne mit kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,0	Eine Geflügelbratwurst in 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	Ein Schweinesteak natur in kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	Fünf Reibekuchen mit kJ 555 / kcal 132 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 23,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,4 / Salz 1,1	BIO Milchpudding Schoko kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
		BIO Spinat-Sahnesauce dazu kJ 254 / kcal 61 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,4	Bratensauce dazu kJ 54 / kcal 13 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,2 / Salz 1,0	Rahmsauce dazu kJ 268 / kcal 64 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,6	Apfelmus kJ 293 / 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	
		Reibekäse kJ 1461 / kcal 352 / Fett 28,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 2,0	Kartoffelpüree und kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	Eierspätzle und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0		
			Kaisergemüse kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,3	Karottensalat kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7		
Dienstag, 17.03.2026	Paprikasamtuppe kJ 115 / kcal 28 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	Farfalle mit kJ 560 / kcal 134 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 27,1 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,2	BIO Spaghetti mit kJ 501 / kcal 120 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,2	Geflügelgulasch in Paprikasauce dazu kJ 217 / kcal 52 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,2	Drei Spinatknödel mit kJ 733 / kcal 174 / Fett 5,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 9,4 / Salz 1,2	Fruchtquark-Dessert Birne kJ 504 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,1 / davon Zucker 12,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		Lachs-Sahnesauce dazu kJ 447 / kcal 107 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,8 / Kohlenhydrate 3,2 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 5,5 / Salz 0,9	Bolognesesauce (Rind) dazu kJ 425 / kcal 102 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 10,0 / Salz 0,4	BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	Käsesauce dazu kJ 492 / kcal 118 / Fett 9,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,2 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,7 / Salz 0,8	
		BIO Blumenkohlgemüse kJ 200 / kcal 48 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 3,3 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7	Reibekäse und kJ 1524 / kcal 367 / Fett 27,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,9 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 27,3 / Salz 1,2	ZucchiniGemüse kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5	Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	
			Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8			
Mittwoch, 18.03.2026	Steckrübensuppe kJ 68 / kcal 16 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1	Ein Eieromelette natur mit kJ 612 / kcal 147 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,1	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	Ein Schweineschnitzel paniert mit kJ 1009 / kcal 241 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 1,6	BIO Vollkorn-Spaghetti mit kJ 478 / kcal 114 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 21,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 4,3 / Salz 1,9	Stracciatella Joghurt kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,1 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1
		Baked Beans dazu kJ 341 / kcal 81 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 13,7 / davon Zucker 5,4 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 3,9 / Salz 1,1	Rahmsauce dazu kJ 187 / kcal 45 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Bratensauce dazu kJ 34 / kcal 8 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,5	Zuchinisauce dazu kJ 275 / kcal 66 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,6 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,4	
		BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	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	Käsespätzle (BIO Spätzle) und kJ 305 / kcal 73 / Fett 5,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,6 / Salz 0,4	BIO Reibekäse kJ 1419 / kcal 342 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	
		Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	RosenkohlGemüse kJ 194 / kcal 46 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,3	Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0		
Donnerstag, 19.03.2026	Grießsuppe kJ 47 / kcal 11 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1	Bunter Nudelauflauf mit BIO Gemüse dazu kJ 663 / kcal 158 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 23,1 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 6,2 / Salz 1,1	Eine Scheibe Siedfleisch (Rind) in kJ 1028 / kcal 246 / Fett 10,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,3 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 38,3 / Salz 1,0	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu kJ 478 / kcal 114 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 16,7 / Salz 0,8	Ein Sellerie-Knopschnitzel dazu kJ 348 / kcal 83 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,4	BIO Milchpudding Vanille kJ 352 / kcal 83 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1
		Rote-Bete-Salat kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9	Meerrettichsauce dazu kJ 382 / kcal 91 / Fett 7,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 1,3 / Salz 2,0	sieben Kroketten und kJ 715 / kcal 170 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 26,5 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8	BIO Penne und kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,1	
			Bouillonkartoffeln und kJ 145 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 0,9 / Salz 0,6	Erbsenrahngemüse kJ 410 / kcal 98 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 9,7 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,1 / Eiweiß 6,2 / Salz 0,5	Basilikum-Pestosauce kJ 275 / kcal 66 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,6	
			Rote-Bete-Salat 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			

Menüplan für KW 12 von 16.03.2026 bis 22.03.2026

	Vorsuppe		Menü 1 - Schule		Menü 2 - Schule		Menü 3 - Schule		Menü 4 - Schule		Dessert Schule	
Freitag, 20.03.2026	Linsensuppe	kJ 133 / kcal 32 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,5	Sechs Chicken Nuggets mit	kJ 855 / kcal 204 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,1	Putencurry "Bombay" dazu	kJ 483 / kcal 115 / Fett 4,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 17,1 / Salz 0,9	Eine Kohlroulade (Schwein) in	kJ 661 / kcal 159 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 7,0 / Salz 1,0	Drei Eierpfannkuchen natur dazu	kJ 733 / kcal 174 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 7,3 / Salz 0,4	Früchtequark Dessert Erdbeere	kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 12,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
			Tomatensauce dazu	kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1	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	Bratensauce dazu	kJ 34 / kcal 8 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,5	Gemüsebolognese und	kJ 151 / kcal 36 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,1 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,7		
			BIO Bulgur und	kJ 484 / kcal 116 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 23,1 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,1	Asiagemüse	kJ 248 / kcal 59 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 2,2 / Salz 1,2	BIO Kräuterkartoffeln und	kJ 342 / kcal 82 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,7	Blattsalat mit	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0		
			Mais-Paprikasalat	kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9			Leipziger Allerlei	kJ 281 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 8,0 / davon Zucker 3,7 / Ballaststoffe 4,0 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,3	Senfdressing	kJ 650 / kcal 155 / Fett 15,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2		

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

Menüplan für KW 13 von 23.03.2026 bis 29.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 23.03.2026	Königinsuppe	Vier Fischstäbchen paniert mit BIO Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse mit BIO Erbsen	Geflügel-Würstchengulasch in Tomatensauce dazu BIO Fusilli und Mischgemüse	Gulaschsuppe (Rind) dazu ein BIO Knusperbrötchen	Fünf Apfelküchle mit Vanillasauce	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne
		 				
Dienstag, 24.03.2026	Selleriecremesuppe	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Karottensalat	Rindersaftgulasch dazu BIO Basmati-Reis und Kaisergemüse	Straßburger Wurstsalat (Schwein) mit Bratkartoffeln	Drei Eierpfannkuchen natur mit Champignonragout dazu Blattsalat mit Frenchdressing	Milchpudding Vanille
		 				
Mittwoch, 25.03.2026	Champignonrahmsuppe	BIO Gemüsegulasch dazu BIO Vollkorn-Fusilli	Ein Seelachsfilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse	Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu BIO Vollkorn-Reis und Gurkensalat	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Gurkensalat	Nuss-Nougat Pudding
		 				
Donnerstag, 26.03.2026	Tomatencremesuppe	Ein Spinat-Dinkel- Knusperplätzchen paniert dazu Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit Rahmsauce dazu Eierknöpfe und Wirsingrahmgemüse	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu Hörnchennudeln und Rote-Bete-Salat	Chili sin Carne dazu ein BIO Knusperbrötchen	Früchtequark Kirsche
		 				
Freitag, 27.03.2026	Kürbisrahmsuppe	Acht Vegane Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat	Chili con Carne (Rind) mit BIO Basmati-Reis dazu Coleslaw Salat	Eine Currywurst (Schwein) in pikanter Sauce dazu Wedges und Bohngengemüse	Ein Blumenkohl-Käse-Medaillon in Kräutersauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Mais-Paprikasalat	Erdbeerjoghurt
		 				

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 13 von 23.03.2026 bis 29.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 23.03.2026	Königinsuppe A,A1,A3,G,I	Vier Fischstäbchen paniert mit A,A1,D BIO Kräutersauce dazu G,I Kartoffelpüree und G,1 Erbsengemüse mit BIO G,I,1,2 Erbsen	Geflügel-Würstchengulasch in Tomatensauce dazu BIO Fusilli und A,A1 Mischgemüse G,I,1,2	Gulaschsuppe (Rind) dazu A,A1,A3,G,I ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Fünf Apfelküchle mit A,A1,C,G Vanillasauce G	Buttermilch Dessert G Vanilla-Birne
Dienstag, 24.03.2026	Selleriecremesuppe A,A1,A3,G,I	Ein Hähnchenbrustfilet natur in A,A1,A3,G,I,1 Rahmsauce dazu A,A1,C BIO Knöpfe und G,I,1,4 Karottensalat	Rindersaftgulasch dazu A,A1,A3,F,I BIO Basmati-Reis und G,I,1 Kaisergemüse	Straßburger Wurstsalat G,J,1,2,3,4,8,9,12 (Schwein) mit Bratkartoffeln	Drei Eierpfannkuchen natur mit A,A1,C,G Champignonragout dazu A,A1,A3,G,I Blattsalat mit A,A1,C,I,J,1,4 Frenchdressing	Milchpudding Vanille G
Mittwoch, 25.03.2026	Champignonrahmsuppe G,I	BIO Gemüsegulasch dazu G,I BIO Vollkorn-Fusilli A,A1	Ein Seelachsfilet natur in A,A1,A3,G,I Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und G,I,1,2 Brokkoligemüse	Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu A,A1,A3,G BIO Vollkorn-Reis und 1,4 Gurkensalat	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu A,A1,A3,C,G,I Gurkensalat 1,4	Nuss-Nougat Pudding G,H,H2
Donnerstag, 26.03.2026	Tomatencremesuppe G,I,2,3	Ein A,A1,C,G,I Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen paniert dazu C,G,I Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit A,A1,C,2 Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 Eierknöpfe und A,A1,C Wirsingrahmgemüse A,A1,A3,G,I	Ein Schweinesteak natur in A,A1 Jägersauce dazu A,A1,A3,I,1 Hörnchennudeln und A,A1,C Rote-Bete-Salat 9	Chili sin Carne dazu I ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Früchtequark Kirsche G
Freitag, 27.03.2026	Kürbisrahmsuppe A,A1,A3,G,I	Acht Vegane F Sojabällchen mit G,2,3 Paprika-Dip dazu BIO Basmati-Reis und J,L,5 Mais-Paprikasalat	Chili con Carne (Rind) mit A,A1,A3,I,12 BIO Basmati-Reis dazu C,G,2 Coleslaw Salat	Eine Currywurst 3 (Schwein) in I,J pikanter Sauce dazu A,A1 Wedges und G,I Bohngengemüse	Ein A,A1,G Blumenkohl-Käse-Medaillon in A,A1,A3,G,I Kräutersauce dazu BIO Würfelkartoffeln und J,L,5 Mais-Paprikasalat	Erdbeerjoghurt G

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

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

Menüplan für KW 13 von 23.03.2026 bis 29.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 23.03.2026	Königinsuppe kJ 28 / kcal 7 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,1	Vier Fischstäbchen paniert mit kJ 795 / kcal 190 / Fett 8,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 13,0 / Salz 0,8	Geflügel-Würstchengulch 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	Gulaschsuppe (Rind) dazu kJ 259 / kcal 62 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 7,6 / Salz 0,8	Fünf Apfelkühle mit kJ 889 / kcal 212 / Fett 10,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 25,5 / davon Zucker 10,6 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,1	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne kJ 505 / kcal 120 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 17,1 / davon Zucker 16,5 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2
		BIO Kräutersauce dazu kJ 322 / kcal 77 / Fett 5,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,3 / Salz 1,2	BIO Fusilli und kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0	ein BIO Knusperbrötchen kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6	Vanillasauce kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2	
		Kartoffelpüree und kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	Mischgemüse kJ 133 / kcal 32 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,1 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,3			
		Erbsengemüse mit BIO Erbsen kJ 431 / kcal 103 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 12,2 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 5,2 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,9				
Dienstag, 24.03.2026	Selleriecremesuppe kJ 155 / kcal 37 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,3	Ein Hähnchenbrustfilet natur in kJ 519 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	Rindersaftgulasch dazu kJ 443 / kcal 106 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,9 / Salz 0,4	Straßburger Wurstsalat (Schwein) mit kJ 837 / kcal 200 / Fett 17,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,7 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 9,6 / Salz 1,6	Drei Eierpfannkuchen natur mit kJ 733 / kcal 174 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 7,3 / Salz 0,4	Milchpudding Vanille kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2
		Rahmsauce dazu kJ 173 / kcal 41 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	BIO Basmati-Reis und kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	Bratkartoffeln kJ 515 / kcal 122 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2	Champignonragout dazu kJ 194 / kcal 46 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2	
		BIO Knöpfe und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Kaisergemüse kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,3		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	
		Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0			Frenchdressing kJ 755 / kcal 180 / Fett 18,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,5	
Mittwoch, 25.03.2026	Champignonrahmsuppe kJ 173 / kcal 41 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 0,5	BIO Gemüsegulasch dazu kJ 246 / kcal 59 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 6,7 / davon Zucker 5,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,1	Ein Seelachsfilet natur in kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu kJ 309 / kcal 74 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 9,4 / Salz 0,7	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu kJ 326 / kcal 78 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,4	Nuss-Nougat Pudding kJ 478 / kcal 114 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,9 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,2
		BIO Vollkorn-Fusilli kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,8	Dillsauce dazu kJ 272 / kcal 65 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	BIO Vollkorn-Reis und kJ 497 / kcal 119 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,3	Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	
			BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8		
			Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,2			
Donnerstag, 26.03.2026	Tomatencremesuppe kJ 181 / kcal 43 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,6	Ein Spinat-Dinkel-Knusperger paniert dazu kJ 975 / kcal 234 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,9	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit kJ 964 / kcal 230 / Fett 10,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,3	Ein Schweinesteak natur in kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	Chili sin Carne dazu kJ 265 / kcal 63 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,1 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 3,2 / Eiweiß 3,1 / Salz 1,1	Früchtequark Kirsche kJ 524 / kcal 125 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 13,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		Blumenkohl in Hollandaise und kJ 803 / kcal 192 / Fett 18,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,5	Rahmsauce dazu kJ 187 / kcal 45 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Jägersauce dazu kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4	ein BIO Knusperbrötchen kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6	
		BIO 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 1,1	Eierknöpfe und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Hörnchennudeln und kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1		
			Wirsingrahmgemüse kJ 243 / kcal 58 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,3	Rote-Bete-Salat kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9		

Menüplan für KW 13 von 23.03.2026 bis 29.03.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Freitag, 27.03.2026	Kürbisrahmsuppe kJ 248 / kcal 59 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,2	Acht Vegane Sojabällchen mit kJ 728 / kcal 173 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 16,3 / Salz 1,5	Chili con Carne (Rind) mit kJ 355 / kcal 85 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 5,4 / Salz 1,9	Eine Currywurst (Schwein) in kJ 1084 / kcal 259 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 9,2 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 2,1	Ein Blumenkohl-Käse-Medley in kJ 770 / kcal 183 / Fett 8,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 2,6 / Eiweiß 5,1 / Salz 1,0	Erdbeerjoghurt kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
		Paprika-Dip dazu kJ 402 / kcal 96 / Fett 6,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 6,2 / davon Zucker 5,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,1	BIO Basmati-Reis dazu kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	pikanter Sauce dazu kJ 285 / kcal 68 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 10,7 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,8 / Salz 2,3	Kräutersauce dazu kJ 214 / kcal 51 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,5 / Salz 0,5	
		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	Coleslaw Salat kJ 854 / 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	Wedges und kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8	BIO 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 1,1	
		Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9		Bohnengemüse kJ 142 / kcal 34 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,2	Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	

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

Menüplan für KW 14 von 30.03.2026 bis 05.04.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 30.03.2026	Zwiebelsuppe	Ein Seelachsfilet natur in BIO Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchini-gemüse  	Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Blumenkohl-gemüse 	Zwei Wiener Würstchen (Schwein) mit Wedges dazu Ketchup und Karottensalat 	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Karottensalat 	Quark Dessert Vanilla
Dienstag, 31.03.2026	Bärlauchcremesuppe	BIO Allgäuer Käsespätzle Gurkensalat  	Ein Rinderhacksteak in Bratensauce dazu Kartoffelpüree Rosenkohl-gemüse 	Tortellini mit Ricotta und Spinat dazu Schinken-Sahnesauce (Schwein) und Gurkensalat 	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit BIO Basmati-Reis dazu Süß-Sauer-Dip und Asiagemüse 	Milchpudding Vanille
Mittwoch, 01.04.2026	Grünkernsuppe	BIO Vollkorn-Spaghetti mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse  	Ungarisches Rindersaftgulasch dazu Bandnudeln und Steckrüben-Karottengemüse 	Eine Scheibe Geflügelfleischkäse in Geflügel-Thymiansauce dazu BIO Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat 	Vegetarischer Gemüse-Curry- Eintopf dazu ein BIO Knusperbrötchen 	Buttermilch Dessert Heidelbeere
Donnerstag, 02.04.2026	Karottencremesuppe	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu BIO Fusilli und Karottensalat  	BIO Spaghetti mit Zucchini-sauce dazu BIO Reibekäse und Karottensalat 	Linzen mit Spätzle dazu zwei Geflügelwieners 	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu Vanillasauce 	Milchpudding Butterkeks 
Freitag, 03.04.2026	Gemüsecremesuppe					

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 14 von 30.03.2026 bis 05.04.2026

	Vorsuppe	Menü 1 - Schule	Menü 2 - Schule	Menü 3 - Schule	Menü 4 - Schule	Dessert Schule
Montag, 30.03.2026	Zwiebelsuppe I	Ein Seelachsfilet natur in BIO Kräutersauce dazu G,I BIO Salzkartoffeln und ZucchiniGemüse G,I	Hähnchengeschnetzeltes in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Knöpfle und A,A1,C BlumenkohlGemüse G,I,1,2	Zwei Wiener Würstchen (Schwein) mit 2,3,8,12 Wedges dazu A,A1 Ketchup und Karottensalat 2,3	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu A,A1,A3,G,I,1 Karottensalat 2,3	Quark Dessert Vanilla G
Dienstag, 31.03.2026	Bärlauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Allgäuer Käsespätzle Gurkensalat A,A1,C,G,I 1,4	Ein Rinderhacksteak in A,A1 Bratensauce dazu A,A1,A3,F,I Kartoffelpüree G,1 RosenkohlGemüse G,I,1,2	Tortellini mit Ricotta und Spinat dazu A,A1,C,G Schinken-Sahnesauce (Schwein) und A,A1,A3,G,I,2,3,8 Gurkensalat 1,4	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit A,A1,I BIO Basmati-Reis dazu Süß-Sauer-Dip und 1,4 Asiagemüse G,I,1,2	Milchpudding Vanille G
Mittwoch, 01.04.2026	Grünkernsuppe A,A1,G,I,4	BIO Vollkorn-Spaghetti mit A,A1 BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu G,I Reibekäse G,12	Ungarisches Rindersaftgulasch dazu A,A1,A3,F,I Bandnudeln und A,A1,C Steckrüben-Karottengemüse G,I,1,2	Eine Scheibe Geflügelfleischkäse in 12 Geflügel-Thymiansauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat 9	Vegetarischer Gemüse-Curry-Eintopf dazu A,A1,A3,G,I ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Buttermilch Dessert Heidelbeere G
Donnerstag, 02.04.2026	Karottencremesuppe A,A1,G,I,4	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Fusilli und A,A1 Karottensalat G,I,1,4	BIO Spaghetti mit A,A1 ZucchiniSauce dazu G,I BIO Reibekäse und G,12 Karottensalat G,I,1,4	Linsen mit A,A1,A3,I,1,4 Spätzle dazu A,A1,C zwei Geflügelwiener G,2,3,8,12	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu A1,C,G Vanillasauce G	Milchpudding Butterkeks A,A1,G
Freitag, 03.04.2026	Gemüsecremesuppe A,A1,G,I,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 Schutzatmosphäre verpackt

	Vorsuppe		Menü 1 - Schule		Menü 2 - Schule		Menü 3 - Schule		Menü 4 - Schule		Dessert Schule	
Montag, 30.03.2026	Zwiebelsuppe	kJ 49 / kcal 12 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	Ein Seelachsfilet natur in	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Hähnchengeschnetzeltes dazu	kJ 306 / kcal 73 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 9,5 / Salz 1,2	Zwei Wiener Würstchen (Schwein) mit	kJ 1170 / kcal 283 / Fett 25,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu	kJ 345 / kcal 82 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 8,5 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,4	Quark Dessert Vanilla	kJ 497 / kcal 118 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 13,8 / davon Zucker 12,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
			BIO Kräutersauce dazu	kJ 322 / kcal 77 / Fett 5,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,3 / Salz 1,2	BIO Knöpfle und	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Wedges dazu	kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8	Karottensalat	kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7		
			BIO Salzkartoffeln und	kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	Blumenkohl gemüse	kJ 187 / kcal 45 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,2	Ketchup und	kJ 331 / kcal 78 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 11,6 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,0 / Salz 2,7				
			Zucchini gemüse	kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5			Karottensalat	kJ 345 / kcal 82 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,7 / davon Zucker 9,6 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7				
Dienstag, 31.03.2026	Bärlauchcremesuppe	kJ 161 / kcal 38 / Fett 3,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	BIO Allgäuer Käsespätzle	kJ 305 / kcal 73 / Fett 5,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,6 / Salz 0,4	Ein Rinderhacksteak in	kJ 898 / kcal 216 / Fett 14,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,6 / Kohlenhydrate 6,9 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7	Tortellini mit Ricotta und Spinat dazu	kJ 725 / kcal 172 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 30,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 7,2 / Salz 0,8	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit	kJ 651 / kcal 155 / Fett 5,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 22,8 / davon Zucker 5,2 / Ballaststoffe 4,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,3	Milchpudding Vanille	kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2
			Gurkensalat	kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Bratensauce dazu	kJ 37 / kcal 9 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,7	Schinken-Sahnesauce (Schwein) und	kJ 439 / kcal 105 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 6,0 / Salz 0,8	BIO Basmati-Reis dazu	kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3		
					Kartoffelpüree	kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	Gurkensalat	kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Süß-Sauer-Dip und	kJ 370 / kcal 88 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 19,3 / davon Zucker 14,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,9 / Salz 3,2		
					Rosenkohl gemüse	kJ 194 / kcal 46 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,3			Asiagemüse	kJ 248 / kcal 59 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 2,2 / Salz 1,2		
Mittwoch, 01.04.2026	Grünkernsuppe	kJ 187 / kcal 45 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,3	BIO Vollkorn-Spaghetti mit	kJ 478 / kcal 114 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 21,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 4,3 / Salz 1,9	Ungarisches Rindersaftgulasch dazu	kJ 375 / kcal 90 / Fett 4,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 11,7 / Salz 0,5	Eine Scheibe Geflügelfleischkase in	kJ 716 / kcal 172 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Vegetarischer Gemüse-Curry-Eintopf dazu	kJ 277 / kcal 66 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,4 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,2	Buttermilch Dessert Heidelbeere	kJ 447 / kcal 106 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,1
			BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu	kJ 271 / kcal 65 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,5	Bandnudeln und	kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2	Geflügel-Thymiansauce dazu	kJ 53 / kcal 13 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,2 / Salz 1,0	ein BIO Knusperbrötchen	kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6		
			Reibekase	kJ 1305 / kcal 314 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 1,7	Steckrüben-Karottengemüse	kJ 161 / kcal 38 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 5,9 / Ballaststoffe 2,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,3	BIO Salzkartoffeln und	kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 18,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3				
							Rote-Bete-Salat	kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9		</		