

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

Menüplan für KW 28 von 06.07.2026 bis 12.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 06.07.2026	Lauchcremesuppe	BIO Gemüsegulasch (Bio Blumenkohl, Bio Karotten, Bio Brokkoli) dazu BIO Vollkorn-Fusilli	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Zitronensauce dazu BIO Basmati-Reis und grüne Bohnen	Kartoffelaufbau mit Rinderhack und Zucchini dazu Krautsalat	Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Krautsalat	BIO Milchpudding Schoko
		 				
Dienstag, 07.07.2026	Grießsuppe	BIO Vollkorn Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu BIO Reibekäse	Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit Petersilienkartoffeln dazu Remoulade und Mais-Paprikasalat	Schwäbische Linsen mit Eierspätzle dazu zwei Wiener Würstchen (Schwein)	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack	Fruchtjoghurt Kirsche
		 				
Mittwoch, 08.07.2026	Linsensuppe	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges dazu Ketchup und Karottensalat	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu BIO Knöpfe und Zucchini Gemüse	Brokkoli-Nudelauflauf dazu Karottensalat	Stracciatella Joghurt
		 				
Donnerstag, 09.07.2026	Steckrübensuppe	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen)	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Gurkensalat	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce mit BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse	Zwei Semmelknödel mit Champignonragout dazu Gurkensalat	BIO Milchpudding Vanille
		 				
Freitag, 10.07.2026	Paprikasamtuppe	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Mais-Paprikasalat	Eine Geflügelbratwurst dazu Curryketchup und mediterraner Nudelsalat	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Fusilli und Frühlingsgemüse	Bandnudeln mit Basilikum-Pestosauce dazu Blattsalat mit Joghurtdressing	Früchtequark Dessert Erdbeere
		 				
Samstag, 11.07.2026	Erbsensuppe		Gaisburger Marsch	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Karottensalat		Fruchtjoghurt Heidelbeere
						
Sonntag, 12.07.2026	Nudel Suppe		Eine Scheibe Putenbrustbraten gefüllt mit Gemüse dazu Geflügelrahmsauce und BIO Salzkartoffeln mit Karottengemüse	Ein Gemüseschnitzel paniert mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Gurkensalat		Panna Cotta Pudding
						

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 28 von 06.07.2026 bis 12.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 06.07.2026	Lauchcremesuppe A,A1,A3,G,I,4	BIO Gemüsegulasch (Bio Blumenkohl, Bio Karotten, Bio Brokkoli) dazu BIO Vollkorn-Fusilli G,I A,A1	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Zitronensauce dazu BIO Basmati-Reis und grüne Bohnen A,A1,A3,G,I G,I	Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu Krautsalat A,A1,A3,G,I 3	Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Krautsalat A,A1 G,12 3	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 07.07.2026	Grießsuppe A,A1,I,4	BIO Vollkorn Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu BIO Reibekäse A,A1 G,I G,12	Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit Petersilienkartoffeln dazu Remoulade und Mais-Paprikasalat A,A1,D,G,J 1,2 A,A1,C,J,1,9 J,L,5	Schwäbische Linsen mit Eierspätzle dazu zwei Wiener Würstchen (Schwein) A,A1,A3,I,1,4 A,A1,C 2,3,8,12	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack A,A1,C,G G	Fruchtjoghurt Kirsche G,1
Mittwoch, 08.07.2026	Linsensuppe A,A1,I,1,4	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat C,G I,3 G,I,1,4	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges dazu Ketchup und Karottensalat A,A1 G,I,1,4	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu BIO Knöpfe und ZucchiniGemüse A,A1 A,A1,A3,I,1 A,A1,C G,I	Brokkoli-Nudelaufwurf dazu Karottensalat A,A1,A3,C,G,12 G,I,1,4	Stracciatella Joghurt G
Donnerstag, 09.07.2026	Steckrübensuppe A,A1,A3,G,I	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen) D A,A1,A3,G,I G,1 G,I,1,2	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Gurkensalat A,A1 A,A1,I,12 G,12 1,4	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce mit BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse C A,A1,A3,G,I G,I	Zwei Semmelknödel mit Champignonragout dazu Gurkensalat A,A1,A3,G,I 1,4	BIO Milchpudding Vanille G
Freitag, 10.07.2026	Paprikasamtuppe A,A1,G,I	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Mais-Paprikasalat A,A1,8 A,A1,I J,L,5	Eine Geflügelbratwurst dazu Curryketchup und mediterraner Nudelsalat I,J,3,8 I,J A,A1,I,J,1,2,3,4	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Fusilli und Frühlingsgemüse A,A1,A3,G,I,1 A,A1 G,I	Bandnudeln mit Basilikum-Pestosauce dazu Blattsalat mit Joghurt Dressing A,A1,C A,A1,A3,G,I,2,3 A,A1,C,G,J,L,5	Früchtequark Dessert Erdbeere G
Samstag, 11.07.2026	Erbsensuppe A,A1,A3,G,I,4		Gaisburger Marsch A,A1,C,I	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Karottensalat A,A1,A3,C,G,I 2,3		Fruchtjoghurt Heidelbeere G
Sonntag, 12.07.2026	Nudel Suppe A,A1,C A,A1,I,4		Eine Scheibe Putenbrustbraten gefüllt mit Gemüse dazu Geflügelrahmsauce und BIO Salzkartoffeln mit Karottengemüse A,A1,G,I A,A1,A3,G,I,1 G,I,1,2	Ein Gemüseschnitzel paniert mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Gurkensalat A,A1,A4 2,3		Panna Cotta Pudding

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

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

Menüplan für KW 28 von 06.07.2026 bis 12.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 06.07.2026	Lauchcremesuppe kJ 97 / kcal 23 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3	BIO Gemüsegulasch (Bio Blumenkohl, Bio Karotten, Bio Brokkoli) dazu BIO Vollkorn-Fusilli kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,8	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Zitronensauce dazu 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 kJ 231 / kcal 55 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9 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 146 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu kJ 460 / kcal 110 / Fett 5,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 8,0 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 6,7 / Salz 0,7 kJ 216 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	Penne mit Tomatensauce dazu kJ 587 / kcal 140 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 28,8 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 4,8 / Salz 1,3 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 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 kJ 216 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	BIO Milchpudding Schoko kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
Dienstag, 07.07.2026	Grießsuppe kJ 47 / kcal 11 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1	BIO Vollkorn Penne mit Spinat-Sahnesauce dazu kJ 254 / kcal 61 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,4 BIO Reibekäse kJ 1419 / kcal 342 / Fett 27,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit Petersilienkartoffeln dazu kJ 636 / kcal 152 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,0 kJ 362 / kcal 86 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3 Remoulade und kJ 1963 / kcal 477 / Fett 50,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3 Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	Schwäbische Linsen mit Eierspätzle dazu kJ 276 / kcal 66 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 10,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 4,1 / Salz 0,7 kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 zwei Wiener Würstchen (Schwein) kJ 1170 / kcal 283 / Fett 25,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5	Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu kJ 641 / kcal 152 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 24,8 / davon Zucker 9,4 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,3 Dessertsauce mit Vanillegeschmack kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2	Fruchtjoghurt Kirsche kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
Mittwoch, 08.07.2026	Linsensuppe kJ 133 / kcal 32 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,5	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu kJ 341 / kcal 81 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 13,7 / davon Zucker 5,4 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 3,9 / Salz 1,1 BIO Salzkartoffeln und kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3 Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges 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 1,3 kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8 Ketchup und kJ 331 / kcal 78 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 11,6 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,0 / Salz 2,7 Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu 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 kJ 59 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4 BIO Knöpfe und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 ZucchiniGemüse kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5	Brokkoli-Nudelauflauf dazu kJ 457 / kcal 109 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 10,9 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 6,5 / Salz 0,6 Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Stracciatella Joghurt kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1
Donnerstag, 09.07.2026	Steckrübensuppe kJ 68 / kcal 16 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu kJ 382 / kcal 91 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,5 / Salz 0,1 kJ 176 / kcal 42 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,4 Kartoffelpüree und kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,3 Erbsengemüse (BIO Erbsen) kJ 404 / kcal 96 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,2	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu 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 kJ 425 / kcal 102 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 10,0 / Salz 0,4 Reibekäse und kJ 1265 / kcal 302 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 1,3 Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce mit BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse kJ 1008 / kcal 241 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 11,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,5 kJ 217 / kcal 52 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,5 kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3 kJ 388 / kcal 93 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 10,5 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,0 / Eiweiß 6,7 / Salz 0,2	Zwei Semmelknödel mit Champignonragout 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 kJ 194 / kcal 46 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2 Gurkensalat kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8	BIO Milchpudding Vanille kJ 352 / kcal 83 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1

Menüplan für KW 28 von 06.07.2026 bis 12.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 10.07.2026	Paprikasamtuppe kJ 115 / kcal 28 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	Sechs Chicken Nuggets mit kJ 855 / kcal 204 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,1	Eine Geflügelbratwurst dazu kJ 914 / kcal 220 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,8 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,8	Schweinegeschnetzeltes kJ 478 / kcal 114 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 16,7 / Salz 0,8	Bandnudeln mit kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2	Fruchtquark kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 12,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		Tomatensauce dazu kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1	Curryketchup und kJ 368 / kcal 87 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 18,7 / davon Zucker 14,6 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,8 / Salz 2,7	BIO Fusilli und kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0	Basilikum-Pestosauce dazu kJ 286 / kcal 68 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,6	
		BIO Bulgur und kJ 523 / kcal 125 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,8 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 3,8 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,2	mediterrane Nudelsalat kJ 462 / kcal 111 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 17,1 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,5	Frühlingsgemüse kJ 178 / kcal 43 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,3 / davon Zucker 4,0 / Ballaststoffe 3,8 / Eiweiß 1,7 / Salz 0,4	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			Joghurt dressing kJ 609 / kcal 146 / Fett 11,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 6,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,6	
Samstag, 11.07.2026	Erbsensuppe kJ 169 / kcal 40 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,5		Gaisburger Marsch kJ 204 / kcal 49 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,3	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu kJ 326 / kcal 78 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,4		Fruchtjoghurt kJ 440 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1
				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		
Sonntag, 12.07.2026	Nudel kJ 1552 / kcal 366 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 70,0 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 0,0		Eine Scheibe Putenbrustbraten gefüllt mit Gemüse dazu kJ 477 / kcal 114 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,5 / Salz 1,4	Ein Gemüseschnitzel paniert mit kJ 812 / kcal 193 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 27,0 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,1 / Salz 1,2		Panna Cotta Pudding kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0
	Suppe kJ 2 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,1		Geflügelrahmsauce und kJ 187 / kcal 45 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Tomatensauce dazu kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1		
			BIO Salzkartoffeln mit 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		
			Karottengemüse kJ 210 / kcal 50 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 7,3 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,5	Gurkensalat kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6		

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

Menüplan für KW 29 von 13.07.2026 bis 19.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 13.07.2026	Königinsuppe	Nudelauflauf mit BIO Gemüse (Bio Brokkoli, Bio Blumenkohl, Bio Sellerie)  	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu Bandnudeln und Karottensalat 	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelsalat 	Eine mediterrane Spinatstange mit Schmand-Dip dazu Gemüsebolognese 	Milchpudding Vanille 
Dienstag, 14.07.2026	Champignonrahmsuppe	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Gurkensalat  	Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch 	Ein Schweinesteak natur in feiner Sauce dazu Fusilli und Gurkensalat 	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Blattsalat mit Joghurdressing 	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne
Mittwoch, 15.07.2026	Brokkolicremesuppe	Ein Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen paniert dazu Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln  	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu Bandnudeln und Sommergemüse 	Drei Eierpfannkuchen Natur mit Bolognesesauce (Rind) dazu Blattsalat mit Kräuterdressing 	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne mit BIO Gnocchi 	Apfelschnee
Donnerstag, 16.07.2026	Tomatencremesuppe	BIO Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu Blattsalat mit Senfdressing  	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit Paprikasauce dazu Makkaroni und Karottensalat 	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in feiner Sauce mit BIO Salzkartoffeln dazu Leipziger Allerlei 	Kaiserschmarrn mit Apfelmus 	Pfirsich-Maracuja Joghurt
Freitag, 17.07.2026	Gemüsebrühe mit Brunoise	Acht Vegane Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat  	Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu Petersilienkartoffeln und Zucchini-gemüse 	Wurstsalat dazu Bratkartoffeln 	Vegetarischer Maultaschenauf-lauf dazu Mais-Paprikasalat 	Früchtequark Kirsche
Samstag, 18.07.2026	8-Kräutersüppchen		Mediterraner Sommereintopf mit Hähnchen 	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark dazu Gurkensalat 		Grießpudding dazu Zimt und Zucker
Sonntag, 19.07.2026	Blumenkohlcremesuppe		Eine Scheibe Schweinebraten in feiner Sauce dazu Eierspätzle und Kohlrabigemüse 	Zwei Kartoffelknödel mit Champignonragout dazu Karottensalat 		Pudding Latte-Macchiato

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 29 von 13.07.2026 bis 19.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 13.07.2026	Königinsuppe A,A1,A3,G,I	Nudelauflauf mit BIO Gemüse (Bio Brokkoli, Bio Blumenkohl, Bio Sellerie) A,A1,G,I	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu Bandnudeln und Karottensalat A,A1,A3,G,I,1 A,A1,C 2,3	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelsalat A,A1,A3,I,1 J,I,2	Eine mediterrane Spinatstange mit Schmand-Dip dazu Gemüsebolognese A,A1,3 G G,I,12	Milchpudding Vanille G
Dienstag, 14.07.2026	Champignonrahmsuppe G,I	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Gurkensalat A,A1,A3,G,I,1 A,A1,C 1,4	Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch A,A1,G,I,12	Ein Schweinesteak natur in feiner Sauce dazu Fusilli und Gurkensalat A,A1 A,A1,A3,I,1 A,A1,C 1,4	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Blattsalat mit Joghurt dressing A,A1,A3,G,I,1 A,A1,C,G,J,L,5	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne G
Mittwoch, 15.07.2026	Brokkolicremesuppe A,A1,A3,G,I	Ein Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen paniert dazu Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln A,A1,C,G,I C,G,I	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu Bandnudeln und Sommergemüse A,A1,A3,G,I A,A1,C G	Drei Eierpfannkuchen Natur mit Bolognesesauce (Rind) dazu Blattsalat mit Kräuterdressing A,A1,C,G A,A1,I,12 1,4	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne mit BIO Gnocchi A,A1,I,2,3,12	Apfelschnee G,3
Donnerstag, 16.07.2026	Tomatencremesuppe G,I,2,3	BIO Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu Blattsalat mit Senfdressing A,A1,A3,D,G J,I,4	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit Paprikasauce dazu Makkaroni und Karottensalat A,A1,C,2 A,A1,G,I A,A1,C G,I,1,4	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in feiner Sauce mit BIO Salzkartoffeln dazu Leipziger Allerlei 2,3,8 A,A1,A3,I,1 G,I,1,2	Kaiserschmarrn mit Apfelmus A,A1,C 3	Pfirsich-Maracuja Joghurt G
Freitag, 17.07.2026	Gemüsebrühe mit Brunoise A,A1,I,4	Acht Vegane Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat F G,2,3 J,L,5	Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu Petersilienkartoffeln und Zucchini gemüse A,A1,A3,G,I 1,2 G,I	Wurstsalat dazu Bratkartoffeln J,I,2,3,4,8,9,12	Vegetarischer Maultaschenauflauf dazu Mais-Paprikasalat A,A1,C,G,I J,L,5	Früchtequark Kirsche G
Samstag, 18.07.2026	8-Kräutersüppchen G,I		Mediterraner Sommereintopf mit Hähnchen A,A1,I,4	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark dazu Gurkensalat G 2,3		Grießpudding dazu Zimt und Zucker A,A1,G
Sonntag, 19.07.2026	Blumenkohlcremesuppe A,A1,A3,G,I		Eine Scheibe Schweinebraten in feiner Sauce dazu Eierspätzle und Kohlrabigemüse A,A1,A3,I,1 A,A1,C G,1,2	Zwei Kartoffelknödel mit Champignonragout dazu Karottensalat C A,A1,A3,G,I 2,3		Pudding Latte-Macchiato G

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

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

Menüplan für KW 29 von 13.07.2026 bis 19.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 13.07.2026	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	Nudelauflauf mit Bio Gemüse (Bio Brokkoli, Bio Blumenkohl, Bio Sellerie) kJ 643 / kcal 154 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 22,4 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 6,0 / Salz 1,1	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce kJ 455 / kcal 109 / Fett 5,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 13,4 / Salz 0,5	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in kJ 1235 / kcal 299 / Fett 27,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,3 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,5 / Salz 1,8	Eine mediterrane Spinatstange mit kJ 1201 / kcal 287 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 28,0 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 6,2 / Salz 1,0	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
			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	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	Schmand-Dip dazu kJ 1013 / kcal 242 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,6 / Kohlenhydrate 3,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,1	
			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	Kartoffelsalat kJ 335 / kcal 80 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5	Gemüsebolognese kJ 155 / kcal 37 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,3 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,7	
Dienstag, 14.07.2026	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	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	Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch kJ 344 / kcal 82 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,6	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	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta 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	Buttermilch Dessert Vanille-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
		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		feiner Sauce 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 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	
		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		Fusilli und kJ 604 / kcal 144 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 28,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,2	Joghurt dressing kJ 609 / kcal 146 / Fett 11,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 6,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,6	
		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, 15.07.2026	Brokkoliremesuppe kJ 133 / kcal 32 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4	Ein Spinat-Dinkel-Knusperpaniert 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 Pangasiusfilet natur in kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	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	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne mit BIO Gnocchi kJ 301 / kcal 72 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,1 / davon Zucker 3,2 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,8	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
		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	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	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 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	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	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		
			Sommergemüse kJ 239 / kcal 57 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 7,1 / davon Zucker 3,7 / Ballaststoffe 3,6 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,8	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		
Donnerstag, 16.07.2026	Tomatencremesuppe kJ 186 / kcal 44 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,6	BIO Farfalle 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 2,1	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	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in kJ 994 / kcal 238 / Fett 16,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,4 / Salz 2,8	Kaiserschmarrn 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	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
		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	Paprikasauce dazu kJ 51 / kcal 12 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,4	feiner Sauce mit 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	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	
		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	Makkaroni und kJ 503 / kcal 120 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,3 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,1	BIO Salzkartoffeln dazu 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		
		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	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	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		

Menüplan für KW 29 von 13.07.2026 bis 19.07.2026

	Vorsuppe		Menü 1		Menü 2		Menü 3		Menü 4		Dessert	
Freitag, 17.07.2026	Gemüsebrühe mit Brunoise	kJ 17 / kcal 4 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,2 / 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	Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu	kJ 333 / kcal 80 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 9,7 / Salz 1,1	Wurstsalat dazu	kJ 795 / kcal 190 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 6,9 / Salz 1,6	Vegetarischer Maultaschenauflauf dazu	kJ 469 / kcal 112 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 11,9 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,3	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
			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	Petersilienkartoffeln und	kJ 362 / kcal 86 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3	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	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		
			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	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						
			Mais-Paprikasalat	kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9								
Samstag, 18.07.2026	8-Kräutersüppchen	kJ 64 / kcal 15 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1			Mediterraner Sommerreintopf mit Hähnchen	kJ 436 / kcal 104 / Fett 2,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 10,1 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 10,5 / Salz 20,2	BIO Salzkartoffeln mit	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			Grießpudding dazu	kJ 415 / kcal 99 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 14,9 / davon Zucker 11,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,1
							Kräuterquark dazu	kJ 390 / kcal 93 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 10,5 / Salz 1,0			Zimt und Zucker	kJ 1558 / kcal 372 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 85,3 / davon Zucker 85,1 / Ballaststoffe 8,1 / Eiweiß 1,3 / Salz 0,0
							Gurkensalat	kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6				
Sonntag, 19.07.2026	Blumenkohlcremesuppe	kJ 152 / kcal 36 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4			Eine Scheibe Schweinebraten in	kJ 1476 / kcal 353 / Fett 24,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 32,9 / Salz 0,2	Zwei Kartoffelknödel mit	kJ 561 / kcal 134 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 3,5 / Salz 1,3			Pudding Latte-Macchiato	kJ 568 / kcal 135 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 17,8 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2
					feiner Sauce dazu	kJ 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	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				
					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	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				
					Kohlrabigemüse	kJ 179 / kcal 43 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 5,7 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 0,9 / Salz 0,4						

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

Menüplan für KW 30 von 20.07.2026 bis 26.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 20.07.2026	Karottencremesuppe	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse (BIO Erbsen)  	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf dazu Gurkensalat 	Tortellini gefüllt mit Ricotta und Spinat dazu Schinken-Sahnesauce (Schwein) und Brokkoligemüse 	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack 	Erdbeeryoghurt
Dienstag, 21.07.2026	Bärlauchcremesuppe	BIO Vollkorn-Fusilli mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse  	Putengyros dazu Paprikareis mit Tzatziki und Karottensalat 	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in Zwiebelsauce dazu Kartoffelsalat 	Kartoffel-Auflauf mit buntem Gemüse (BIO Kartoffeln) 	BIO Milchpudding Schoko 
Mittwoch, 22.07.2026	Grünkernsuppe	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu Gurkensalat  	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Gurkensalat 	Eine Thüringer Rostbratwurst (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Mischgemüse 	Eine gefüllte Paprika in Kräutersauce dazu BIO Basmati-Reis und Gurkensalat 	Fruchtjoghurt Heidelbeere
Donnerstag, 23.07.2026	Zwiebelsuppe	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu BIO Fusilli und Bohnergemüse  	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Basilikum-Pestosauce dazu Risoni (Nudelreis) und Zucchinigemüse 	Eine Kohlroulade (Schwein) in feiner Sauce dazu Kräuterkartoffeln (BIO Kartoffeln) und Rote-Bete-Salat 	Acht Falafel Bällchen vegan mit Paprikadip dazu Langkornreis und Blattsalat mit Frenchdressing 	Ein Donut gezuckert
Freitag, 24.07.2026	Linsensuppe	BIO Penne mit BIO Käsesauce dazu Karottensalat  	Ein Seelachsfilet paniert mit BIO Salzkartoffeln dazu Remoulade und Blattsalat mit Kräuterdressing 	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Rosenkohlgemüse 	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu Blattsalat mit Kräuterdressing 	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane
Samstag, 25.07.2026	Gemüsecremesuppe		Gemüse Eintopf mit Wursteinlage 	Ein Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack 		Pudding Karamell
Sonntag, 26.07.2026	Currysuppe		Eine Scheibe Rinderbraten in feiner Sauce dazu sieben Kroketten und Mischgemüse 	Eine Gemüsefrikadelle in Kräutersauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Gurkensalat 		Stracciatella Joghurt

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 30 von 20.07.2026 bis 26.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 20.07.2026	Karottencremesuppe A,A1,G,I,4	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse (BIO Erbsen) G,I,1,2	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf dazu A,A1,A3,C,G,I,12 Gurkensalat 2,3	Tortellini gefüllt mit Ricotta und Spinat dazu A,A1,C,G Schinken-Sahnesauce (Schwein) und A,A1,A3,G,I,2,3,8 Brokkoligemüse G,I,1,2	Drei Eierpannkuchen mit Kirschfüllung dazu A1,C,G Dessertsauce mit Vanillegeschmack G	Erdbeeryoghurt G
Dienstag, 21.07.2026	Bärlauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Vollkorn-Fusilli mit A,A1 BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu G,I Reibekäse G,12	Putengyros dazu Paprikareis mit I Tzatziki und G Karottensalat G,I,1,4	Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in A,A1,C,I Zwiebelsauce dazu A,A1,A3,I,J Kartoffelsalat J,I,2	Kartoffel-Auflauf mit buntem Gemüse (BIO Kartoffeln) A,A1,A3,G,I,1,12	BIO Milchpudding Schoko G
Mittwoch, 22.07.2026	Grünkernsuppe A,A1,G,I,4	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu A,A1,C,G,I Gurkensalat 1,4	BIO Spaghetti mit A,A1 Bolognesesauce (Rind) dazu A,A1,I,12 Reibekäse und G,12 Gurkensalat 1,4	Eine Thüringer Rostbratwurst (Schwein) in 8,12 Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 Kartoffelpüree und G,1 Mischgemüse G,I,1,2	Eine gefüllte Paprika in Kräutersauce dazu A,A1,G,2 A,A1,A3,G,I BIO Basmati-Reis und Gurkensalat 1,4	Fruchtjoghurt Heidelbeere G
Donnerstag, 23.07.2026	Zwiebelsuppe I	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Fusilli und A,A1 Bohngemüse G,I	Ein Hähnchenbrustfilet natur in A,A1,A3,G,I,2,3 Basilikum-Pestosauce dazu A,A1,C,G Risoni (Nudelreis) und G,I ZucchiniGemüse	Eine Kohlroulade (Schwein) in A,A1 feiner Sauce dazu A,A1,A3,I,1 Kräuterkartoffeln (BIO Kartoffeln) und 1,2 Rote-Bete-Salat 9	Acht Falafel Bällchen vegan mit A,A1 Paprikadip dazu G,2,3 Langkornreis und Blattsalat mit A,A1,C,I,J,1,4 Frenchdressing	Ein Donut gezuckert A,A1,F,G
Freitag, 24.07.2026	Linsensuppe A,A1,I,1,4	BIO Penne mit A,A1 BIO Käsesauce dazu G,I Karottensalat G,I,1,4	Ein Seelachsfilet paniert mit A,A1,C,J,1,9 BIO Salzkartoffeln dazu Remoulade und Blattsalat mit Kräuter dressing 1,4	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Knöpfe und A,A1,C RosenkohlGemüse G,I,1,2	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu A,A1,A3,C,G,I Blattsalat mit 1,4 Kräuter dressing	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane G,3
Samstag, 25.07.2026	Gemüsecremesuppe A,A1,G,I,4		Gemüseeintopf mit Wursteinlage A,A1,I,2,3,4,8,12	Ein Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus dazu A,A1,C,G Dessertsauce mit Vanillegeschmack G		Pudding Karamell G
Sonntag, 26.07.2026	Currysuppe A,A1,A3,G,I		Eine Scheibe Rinderbraten in A,A1,A3,F,I feiner Sauce dazu G sieben Kroketten und G,I,1,2 Mischgemüse	Eine Gemüsefrikadelle in A,A1,C Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Würfelkartoffeln und Gurkensalat 2,3		Stracciatella Joghurt G

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

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

Menüplan für KW 30 von 20.07.2026 bis 26.07.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 20.07.2026	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	Ein Seelachsfilet natur in kJ 176 / kcal 42 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,4	Makkaroni-Hackfleischauflauf dazu kJ 612 / kcal 146 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 10,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 8,5 / Salz 0,6	Tortellini gefüllt 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	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu kJ 722 / kcal 171 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 28,7 / davon Zucker 12,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,5 / Salz 0,4	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
		Kräutersauce dazu kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2	Gurkensalat kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6	Schinken-Sahnesauce (Schwein) und kJ 433 / kcal 103 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,9 / Salz 0,8	Dessertsauce mit Vanillegeschmack	
		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		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		
		Erbsengemüse (BIO Erbsen) kJ 404 / kcal 96 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,2				
Dienstag, 21.07.2026	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 Vollkorn-Fusilli 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 0,8	Putengyros dazu kJ 623 / kcal 148 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 21,0 / Salz 1,4	Zwei gerollte Mantischnen (Schwein) in kJ 779 / kcal 186 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 8,7 / Salz 1,6	Kartoffel-Auflauf mit buntem Gemüse (BIO Kartoffeln) kJ 439 / kcal 105 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 6,7 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 5,8 / Salz 0,4	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 Brokkoli-Sahnesauce dazu kJ 271 / kcal 65 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,5	Paprikareis mit kJ 394 / kcal 94 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 19,7 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,1	Zwiebelsauce dazu kJ 60 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5		
		Reibekäse kJ 1305 / kcal 314 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 1,7	Tzatziki und kJ 486 / kcal 117 / Fett 7,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 9,1 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,9	Kartoffelsalat kJ 335 / kcal 80 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5		
			Karottensalat kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0			
Mittwoch, 22.07.2026	Grünkernsuppe kJ 187 / kcal 45 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,3	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu kJ 305 / kcal 73 / Fett 5,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,6 / Salz 0,4	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	Eine Thüringer Rostbratwurst (Schwein) in kJ 1049 / kcal 253 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,2	Eine gefüllte Paprika in kJ 528 / kcal 126 / Fett 7,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,2 / Kohlenhydrate 11,0 / davon Zucker 4,2 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,7	Fruchtjoghurt Heidelbeere kJ 440 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1
		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	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	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	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	
			Reibekäse und 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	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	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	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	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	
Donnerstag, 23.07.2026	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 mit Champignonrahmsauce dazu kJ 96 / kcal 23 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	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	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	Acht Falafel Bällchen vegan mit kJ 806 / kcal 192 / Fett 5,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 27,0 / davon Zucker 4,4 / Ballaststoffe 4,3 / Eiweiß 6,2 / Salz 1,3	Ein Donut gebackt 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 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	Basillikum-Pestosauce dazu kJ 286 / kcal 68 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,6	feiner Sauce 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	Paprikadip dazu kJ 383 / kcal 92 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 4,6 / davon Zucker 4,0 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 1,1	
		Bohngengemüse kJ 146 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Risoni (Nudelreis) und kJ 626 / kcal 150 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,1	Kräuterkartoffeln (BIO Kartoffeln) 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	Langkornreis und kJ 492 / kcal 118 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 25,7 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,4 / Salz 3,6	
			Zucchini-gemüse kJ 105 / kcal 25 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,5	Rote-Bete-Salat kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9	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	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

Menüplan für KW 30 von 20.07.2026 bis 26.07.2026

	Vorsuppe		Menü 1		Menü 2		Menü 3		Menü 4		Dessert	
Freitag, 24.07.2026	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	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	Ein Seelachsfilet paniert 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	Schweinegeschneitzel 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	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	Fruchtojoghurt Kirsch-Banane	kJ 405 / kcal 96 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 12,8 / davon Zucker 12,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
			BIO Käsesauce dazu	kJ 536 / kcal 128 / Fett 9,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,9 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 6,3 / Salz 0,7	BIO Salzkartoffeln dazu	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 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	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	Remoulade und	kJ 1963 / kcal 477 / Fett 50,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3	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	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		
					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						
Samstag, 25.07.2026	Gemüsecremesuppe	kJ 211 / kcal 50 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,1			Gemüseeintopf mit Wursteinlage	kJ 226 / kcal 54 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,5	Ein Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus 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			Pudding Karamell	kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,6 / Salz 0,2
							Dessertsauce mit Vanillegeschmack	kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2				
Sonntag, 26.07.2026	Currysuppe	kJ 160 / kcal 38 / Fett 3,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1			Eine Scheibe Rinderbraten in	kJ 972 / kcal 232 / Fett 9,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 36,4 / Salz 0,2	Eine Gemüsefrikadelle in	kJ 495 / kcal 118 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 5,6 / Ballaststoffe 4,2 / Eiweiß 4,3 / Salz 1,1			Stracciatella Joghurt	kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1
					feiner Sauce 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	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				
					sieben Krokette 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 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				
					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	Gurkensalat	kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6				

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

Menüplan für KW 31 von 27.07.2026 bis 02.08.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 27.07.2026	Brokkolicremesuppe	Ein Eieromelette natur mit BIO Rahmspinat dazu BIO Salzkartoffeln  	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Bohnensalat 	Ein Fleischkürhle (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Karottengemüse 	Drei Eierpfannkuchen mit Blaubeerfüllung dazu Dessertsauce mit Vanillegeschmack 	Pudding Schokolade
Dienstag, 28.07.2026	Kohlrabisüppchen	BIO Rote-Linsenbolognese mit Rigatoni dazu Reibekäse  	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) dazu Karottensalat 	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges dazu Ketchup und Ratatouille Gemüse 	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark dazu Blattsalat mit Kräuterdressing 	Fruchtquark Dessert Mandarine
Mittwoch, 29.07.2026	Tomatencremesuppe	Würstchengulasch in Tomatensauce (Geflügel) mit BIO Gnocchi dazu Gurkensalat  	Ein Putenschnitzel paniert mit Paprikasauce dazu BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse 	Schwäbische Käsespätzle (Schwein) dazu Gurkensalat 	BIO Spaghetti mit Basilikum-Pestosauce dazu BIO Reibekäse 	Milchpudding Butterkeks 
Donnerstag, 30.07.2026	Eiermuschelsuppe	Lachs-Kartoffelsuppe dazu eine Scheibe Vollkornbrot  	Chili con Carne (Rind) mit BIO Basmati-Reis dazu Mais-Paprikasalat 	Linsen mit Spätzle dazu zwei Saitenwürste (Schwein) 	Vegetarischer Maultaschenauflauf mit Spinat und Feta dazu Blattsalat mit Joghurtdressing 	Fruchtjoghurt Apfel-Granatapfel
Freitag, 31.07.2026	Zucchini cremesuppe	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu BIO Penne und Blattsalat mit Kräuterdressing  	Sechs Kibbelinge in Backteig mit Tomatensauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Zucchini gemüse 	Eine Scheibe Badische Schäufele (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelsalat 	Bandnudeln mit Möhrenragout dazu Blattsalat mit Kräuterdressing 	Fruchtjoghurt Mango
Samstag, 01.08.2026	Flädle Suppe		Frühlingseintopf mit Rindfleischwürfel 	Sechs Apfelkürhcle mit Dessertsauce mit Vanillegeschmack 		Pudding Karamell
Sonntag, 02.08.2026	Spargel cremesuppe		Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu Eierspätzle Blumenkohl gemüse 	Tomaten-Paprika-Ragout dazu BIO Basmati-Reis und Gurkensalat 		Vanillepudding

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 31 von 27.07.2026 bis 02.08.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 27.07.2026	Brokkolicremesuppe A,A1,A3,G,I	Ein Eieromelette natur mit C,G BIO Rahmspinat dazu G,I BIO Salzkartoffeln	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1 BIO Basmati-Reis und Bohnensalat 2	Ein Fleischküchle (Schwein) in Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 Kartoffelpüree und G,1 Karottengemüse G,I,1,2	Drei Eierpfannkuchen mit A,A1,C,G Blaubeerfüllung dazu Dessertsauce mit G Vanillegeschmack	Pudding Schokolade G
Dienstag, 28.07.2026	Kohlrabisüppchen A,A1,A3,G,I	BIO Rote-Linsenbolognese mit I Rigatoni dazu A,A1 Reibekäse G,12	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) dazu A,A1,A3,C,G,I,12 Karottensalat G,I,1,4	Ein Hähnchenschenkel mit Wedges dazu A,A1 Ketchup und Ratatouille Gemüse I	BIO Salzkartoffeln mit Kräuterquark dazu G Blattsalat mit Kräuterdressing 1,4	Fruchtquark Dessert G Mandarine
Mittwoch, 29.07.2026	Tomatencremesuppe G,I,2,3	Würstchengulasch in Tomatensauce (Geflügel) mit A,A1,G BIO Gnocchi dazu A,A1 Gurkensalat 1,4	Ein Putenschnitzel paniert mit A,A1 Paprikasauce dazu A,A1,G,I BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse G,I,1,2	Schwäbische Käsespätzle (Schwein) dazu A,A1,A3,C,G,I,2,3 Gurkensalat 1,4	BIO Spaghetti mit A,A1 Basilikum-Pestosauce dazu A,A1,A3,G,I,2,3 BIO Reibekäse G,12	Milchpudding Butterkeks A,A1,G
Donnerstag, 30.07.2026	Eiermuschelsuppe A,A1,C,I,4	Lachs-Kartoffelsuppe dazu D,G,I eine Scheibe Vollkornbrot A,A1,A2,A4	Chili con Carne (Rind) mit A,A1,A3,I,12 BIO Basmati-Reis dazu Mais-Paprikasalat J,L,5	Linsen mit A,A1,A3,I,1,4 Spätzle dazu A,A1,C zwei Saitenwürste (Schwein) 2,3,8,12	Vegetarischer Maultaschenauflauf mit Spinat und Feta dazu A,A1,A3,C,G,I Blattsalat mit Joghurt dressing A,A1,C,G,J,L,5	Fruchtjoghurt G Apfel-Granatapfel
Freitag, 31.07.2026	Zucchini cremesuppe A,A1,G	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu I,12 BIO Penne und A,A1 Blattsalat mit Kräuterdressing 1,4	Sechs Kibbelinge in Backteig mit A,A1,C,D,G,J Tomatensauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Zucchini gemüse G,I	Eine Scheibe Badische Schäufele (Schwein) in 2 Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1 Kartoffelsalat J,1,2	Bandnudeln mit A,A1,C Möhrenragout dazu A,A1,G,I,4 Blattsalat mit Kräuterdressing 1,4	Fruchtjoghurt Mango G
Samstag, 01.08.2026	Flädle Suppe A,A1,C,G A,A1,I,4		Frühlingsintopf mit I,12 Rindfleischwürfel	Sechs Apfelküchle mit A,A1,C,G Dessertsauce mit G Vanillegeschmack		Pudding Karamell G
Sonntag, 02.08.2026	Spargel cremesuppe C,G,I		Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu A,A1,A3,F,I,J,1,9 Eierspätzle A,A1,C Blumenkohlgemüse G,I,1,2	Tomaten-Paprika-Ragout dazu A,A1,G,I BIO Basmati-Reis und Gurkensalat 2,3		Vanillepudding G

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

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

	Vorsuppe		Menü 1		Menü 2		Menü 3		Menü 4		Dessert	
Montag, 27.07.2026	Brokkolicremesuppe	kJ 133 / kcal 32 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,4	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 Fleischküchle (Schwein) in	kJ 843 / kcal 201 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,5 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,4	Drei Eierpfannkuchen mit Blaubeerfüllung dazu	kJ 702 / kcal 166 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 28,9 / davon Zucker 12,0 / Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,4	Pudding Schokolade	kJ 555 / kcal 132 / Fett 6,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,6 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2
			BIO Rahmspinat dazu	kJ 203 / kcal 49 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,8 / Salz 1,6	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	Dessertsauce mit Vanillegeschmack	kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2		
			BIO Salzkartoffeln	kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,6 / 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	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				
					Bohnensalat	kJ 156 / kcal 37 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,0 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,4	Karottengemüse	kJ 210 / kcal 50 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 7,3 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,5				
Dienstag, 28.07.2026	Kohlrabisüppchen	kJ 96 / kcal 20 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,4	BIO Rote-Linsensolognese mit	kJ 290 / kcal 69 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 9,7 / davon Zucker 5,1 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 4,0 / Salz 1,7	Makkaroni-Hackfleisch Auflauf (Rind) dazu	kJ 612 / kcal 146 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 10,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 8,5 / Salz 0,6	Ein Hähnchenschenkel mit	kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	BIO Salzkartoffeln mit	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	Fruchtquark Dessert Mandarine	kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
			Rigatoni dazu	kJ 648 / kcal 155 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 31,4 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 5,6 / Salz 1,6	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	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	Kräuterquark dazu	kJ 390 / kcal 93 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 10,5 / Salz 1,0		
			Reibekäse	kJ 1265 / kcal 302 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 1,3			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	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		
							Ratatouille Gemüse	kJ 109 / kcal 26 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 5,3 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,3	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		
Mittwoch, 29.07.2026	Tomatencremesuppe	kJ 186 / kcal 44 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,6	Würstchengulasch in Tomatensauce (Geflügel) mit	kJ 102 / kcal 24 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,9	Ein Putenschnitzel paniert mit	kJ 931 / kcal 222 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,0	Schwäbische Käsespätzle (Schwein) dazu	kJ 756 / kcal 181 / Fett 14,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 8,2 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 8,1 / Salz 0,9	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	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
			BIO Gnocchi dazu	kJ 646 / kcal 152 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 33,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,0	Paprikasauce dazu	kJ 51 / kcal 12 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,4	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	Basilikum-Pestosauce dazu	kJ 286 / kcal 68 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,6		
			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			BIO Reibekäse	kJ 1550 / kcal 373 / Fett 28,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 18,0 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 29,0 / Salz 0,6		
					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						

Menüplan für KW 31 von 27.07.2026 bis 02.08.2026

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 31.07.2026	Zucchini-cremesuppe kJ 57 / kcal 14 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu kJ 156 / kcal 37 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 4,9 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,6	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	Eine Scheibe Badische Schäufele (Schwein) in kJ 962 / kcal 230 / Fett 18,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,0	Bandnudeln mit kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2	Fruchtjoghurt Mango kJ 422 / kcal 100 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 14,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1
		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	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	Möhrenragout dazu kJ 304 / kcal 73 / Fett 3,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 8,0 / davon Zucker 5,1 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,8	
		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 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	Kartoffelsalat kJ 335 / kcal 80 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5	Blattsalat mit kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	
		Kräuterdressing kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3	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		Kräuterdressing kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3	
Samstag, 01.08.2026	Flädle kJ 1377 / kcal 329 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 25,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 9,3 / Salz 0,9		Frühlingseintopf mit Rindfleischwürfel kJ 148 / kcal 35 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 2,2	Sechs 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		Pudding Karamell kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,6 / Salz 0,2
	Suppe kJ 2 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,1			Dessertsauce mit Vanillegeschmack kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2		
Sonntag, 02.08.2026	Spargel-cremesuppe kJ 118 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,1		Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu kJ 359 / kcal 86 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 13,9 / Salz 0,8	Tomaten-Paprika-Ragout dazu kJ 132 / kcal 32 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,5		Vanillepudding kJ 447 / kcal 106 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 16,5 / davon Zucker 12,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,1
			Eierspätzle kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	BIO Basmati-Reis und kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3		
			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	Gurkensalat kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6		