

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

Menüplan für KW 36 von 01.09.2025 bis 07.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 01.09.2025	Lauchcremesuppe	BIO Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu BIO Blumenkohlgemüse  	Rigatoni al forno (Rind) dazu Karottensalat 	Eine Geflügelfrikadelle in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Mischgemüse 	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Krautsalat 	BIO Milchpudding Schoko 
Dienstag, 02.09.2025	Tomatencremesuppe	BIO Vollkorn-Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu BIO Reibekäse  	Rindersaftgulasch in feiner Sauce dazu Bandnudeln und Erbsenrahmgemüse 	Eine Currywurst (Schwein) in pikanter Sauce dazu Wedges und Mais-Paprikasalat 	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne dazu Blattsalat mit Kräuterdressing 	Fruchtquark-Dessert Birne
Mittwoch, 03.09.2025	Steckrübensuppe	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Blattsalat mit Frenchdressing  	Geflügelgulasch in Paprikasauce dazu BIO Basmati-Reis und Sommergemüse 	Drei Schwäbische Maultaschen (Schwein) in Gemüsebrühe dazu Kartoffel-Gurkensalat 	Chili sin Carne dazu ein BIO Knusperbrötchen 	Stracciatella Joghurt
Donnerstag, 04.09.2025	Grießsuppe	Bunter BIO Nudelauf mit Gemüse  	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Geflügel-Thymiansauce dazu Hörnchennudeln und Mischgemüse 	Saure Nierle (Schwein) in Sauce dazu Bratkartoffeln und Blattsalat mit Joghurdressing 	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit Süß-Sauer-Dip dazu Asiagemüse und BIO Basmati-Reis 	BIO Milchpudding Vanille 
Freitag, 05.09.2025	Linsensuppe	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Gurkensalat  	Ein Hokifilet natur in Dillsauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Gurkensalat 	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu BIO Knöpfe und Blumenkohlgemüse 	Sechs Apfelküchle mit Vanillasauce 	Früchtequark Dessert Erdbeere
Samstag, 06.09.2025	Erbsensuppe		Gaisburger Marsch (Rind) 	Zwei Kartoffeltaschen mit Kräuter-Frischkäsefüllung dazu Paprika Reis 		Fruchtjoghurt Heidelbeere
Sonntag, 07.09.2025	Paprikasamtuppe		Ein Puten Cordon bleu mit Rahmsauce dazu Farfalle und Brokkoligemüse 	Ein Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen mit Bechamelsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat 		Früchtequark Kirsche

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 36 von 01.09.2025 bis 07.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 01.09.2025	Lauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu BIO Blumenkohlgemüse A,A1,A3,D,G G,1,2	Rigatoni al forno (Rind) dazu Karottensalat A,A1,G,12 2,3	Eine Geflügelfrikadelle in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Mischgemüse A,A1,C,J A,A1,A3 G,1 G,1,2	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu Krautsalat A,A1,A3,G,I,1 3	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 02.09.2025	Tomatencremesuppe G,I	BIO Vollkorn-Penne mit BIO Spinat-Sahnesauce dazu BIO Reibekäse A,A1 G,I G,12	Rindersaftgulasch in feiner Sauce dazu Bandnudeln und Erbsenrahmgemüse A,A1,A3,F,I A,A1,C A,A1,A3,G,I	Eine Currywurst (Schwein) in pikanter Sauce dazu Wedges und Mais-Paprikasalat 3 I,J A,A1 J,L,5	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne dazu Blattsalat mit Kräuterdressing A,I,2,3,12 1,2,4	Fruchtquark-Dessert Birne G
Mittwoch, 03.09.2025	Steckrübensuppe A,A1,A3,G,I	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Blattsalat mit Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,2,4 C,G	Geflügelgulasch in Paprikasauce dazu BIO Basmati-Reis und Sommergemüse A,A1,A3,G,I G	Drei Schwäbische Maultaschen (Schwein) in Gemüsebrühe dazu Kartoffel-Gurkensalat A,A1,C,I A,A1,1,4 J,1,2	Chili sin Carne dazu ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3	Stracciatella Joghurt G
Donnerstag, 04.09.2025	Grießsuppe A,A1,I,4	Bunter BIO Nudelauflauf mit Gemüse A,A1,G,I	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Geflügel-Thymiansauce dazu Hörchennudeln und Mischgemüse A,A1,G,I A,A1,C G,1,2	Saure Nierle (Schwein) in Sauce dazu Bratkartoffeln und Blattsalat mit Joghurdressing A,A1,A3,F,J,1 A,A1,C,G,J,L,5	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit Süß-Sauer-Dip dazu Asiagemüse und BIO Basmati-Reis A,A1,I 1 G,I,1,2	BIO Milchpudding Vanille G
Freitag, 05.09.2025	Linsensuppe A,A1,I,1,4	Sechs Chicken Nuggets mit Tomatensauce dazu BIO Bulgur und Gurkensalat A,A1,1,4 1 A,A1,8	Ein Hokifilet natur in Dillsauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Gurkensalat A,A1,A3,G,I 1	Ein Schweinesteak natur in Jägersauce dazu BIO Knöpfe und Blumenkohlgemüse A,A1 A,A1,A3,F,I G,1,2	Sechs Apfelkühle mit Vanillasauce A,A1,C,G G	Früchtequark Dessert Erdbeere G
Samstag, 06.09.2025	Erbsensuppe A,A1,G,I,4		Gaisburger Marsch (Rind) A,A1,C,I	Zwei Kartoffeltaschen mit Kräuter-Frischkäsefüllung dazu Paprika Reis G		Fruchtjoghurt Heidelbeere G
Sonntag, 07.09.2025	Paprikasamtuppe A,A1,A3,G,I		Ein Puten Cordon bleu mit Rahmsauce dazu Farfalle und Brokkoligemüse A,A1,A3,G,1,2,3,4,8 A,A1,A3,G,1 A,A1 G,I,1,2	Ein Spinat-Dinkel-Knusperplätzche mit Bechamelsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat A,A1,C,G,I A,A1,A3,G,I,1 2,3		Früchtequark Kirsche 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 36 von 01.09.2025 bis 07.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 01.09.2025	Lauchcremesuppe kJ 83 / kcal 20 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,0	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	Rigatoni al forno (Rind) dazu kJ 622 / kcal 149 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 10,1 / Salz 1,0	Eine Geflügelrikadelle in kJ 778 / kcal 186 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,1 / Kohlenhydrate 9,6 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,4	Vegetarische Moussaka mit Tomate und Feta dazu kJ 345 / kcal 83 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 8,6 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,4	BIO Milchpudding Schoko kJ 360 / kcal 86 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
		Lachs-Sahnesauce dazu kJ 341 / kcal 81 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,4	Karottensalat kJ 343 / 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	Bratensauce dazu kJ 6 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Krautsalat kJ 218 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5	
		BIO Blumenkohlgemüse kJ 242 / kcal 58 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,8		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 1,0 / Salz 0,4	Mischgemüse kJ 174 / kcal 42 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,4	
Dienstag, 02.09.2025	Tomatencremesuppe kJ 179 / kcal 43 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,6	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	Rindersaftglasch in feiner Sauce dazu kJ 440 / kcal 105 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,9 / Salz 0,4	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	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne dazu 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	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
		BIO Spinat-Sahnesauce dazu kJ 280 / kcal 67 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 6,1 / davon Zucker 4,2 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,0 / Salz 1,4	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	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	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 Reibekäse kJ 1431 / 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	Erbsenrahmgemüse kJ 414 / kcal 99 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 9,9 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,1 / Eiweiß 6,2 / Salz 0,8	Wedges und kJ 628 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8	Kräuterdressing kJ 654 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3	
Mittwoch, 03.09.2025	Steckrübensuppe kJ 69 / kcal 16 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1	Ein Eieromelette natur mit kJ 615 / 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	Geflügelgulasch in Paprikasauce dazu kJ 206 / kcal 49 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,1	Drei Schwäbische Maultaschen (Schwein) in kJ 925 / kcal 221 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 29,5 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 2,4 / Eiweiß 8,8 / Salz 1,5	Chili sin Carne dazu kJ 253 / kcal 61 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 8,7 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,9	Stracciataella 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
		Baked Beans dazu kJ 465 / kcal 111 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 4,6 / Ballaststoffe 6,5 / Eiweiß 6,4 / Salz 1,6	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	Gemüsebrühe dazu kJ 5 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,3	ein BIO Knusperbrötchen kJ 866 / kcal 207 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 41,1 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 7,3 / Salz 1,9	
		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 0,1	Sommerngemüse kJ 238 / 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	Kartoffel-Gurkensalat kJ 315 / kcal 75 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 10,7 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,6		
		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				
Donnerstag, 04.09.2025	Grießsuppe kJ 49 / kcal 12 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,2	Bunter BIO Nudelauflauf mit Gemüse kJ 695 / kcal 166 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 25,3 / davon Zucker 5,0 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 6,1 / Salz 1,1	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	Saure Nierle (Schwein) in Sauce dazu kJ 210 / kcal 50 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 7,1 / Salz 0,1	Eine Vegetarische Frühlingsrolle mit kJ 649 / kcal 155 / Fett 5,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 22,8 / davon Zucker 5,2 / Ballaststoffe 4,1 / Eiweiß 3,1 / Salz 1,3	BIO Milchpudding Vanille kJ 331 / kcal 79 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1
		Geflügel-Thymiansauce dazu kJ 29 / kcal 7 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,1	Hörnchennudeln und kJ 531 / kcal 127 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 23,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 5,1 / Salz 0,1	Bratkartoffeln und kJ 510 / 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	Süß-Sauer-Dip dazu kJ 416 / kcal 99 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 22,1 / davon Zucker 18,1 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 3,2	
		Mischgemüse kJ 174 / kcal 42 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,0 / 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	Asiagemüse und kJ 248 / kcal 59 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 2,9 / Eiweiß 2,2 / Salz 1,2	

Menüplan für KW 36 von 01.09.2025 bis 07.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 05.09.2025	Linsensuppe kJ 108 / kcal 26 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 1,7 / Salz 0,2	Sechs Chiken Nuggets mit kJ 753 / kcal 180 / Fett 8,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 0,9	Ein Hokifilet natur in kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Ein Schweinesteak natur in kJ 523 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	Sechs Apfelküchle mit kJ 887 / 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	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	Dillsauce dazu kJ 267 / kcal 64 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,1 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Jägersauce dazu kJ 21 / kcal 5 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,0	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	
		BIO Bulgur und kJ 577 / kcal 138 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 27,6 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 4,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,3	BIO Würfelkartoffeln und kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1	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		
		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	Blumenkohlgemüse kJ 242 / kcal 58 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,6		
Samstag, 06.09.2025	Erbsensuppe kJ 160 / kcal 38 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1		Gaisburger Marsch (Rind) kJ 247 / kcal 59 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 6,3 / Salz 0,1	Zwei Kartoffeltaschen mit Kräuter-Frischkäsefüllung kJ 761 / kcal 182 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 3,0 / Salz 1,5	Fruchtojoghurt 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	
				Paprika Reis kJ 384 / kcal 92 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 19,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,0		
Sonntag, 07.09.2025	Paprikasamtssuppe kJ 116 / kcal 28 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2		Ein Puten Cordon bleu mit kJ 1075 / kcal 257 / Fett 15,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,4 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,4	Ein Spinat-Dinkel-Knusperbrötchen mit kJ 979 / 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	Früchtequark Kirsche kJ 506 / kcal 121 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 14,0 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 6,5 / Salz 0,1	
			Rahmsauce dazu kJ 184 / kcal 44 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Bechamelsauce dazu kJ 223 / kcal 53 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 1,7 / Salz 0,6		
			Farfalle und 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 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 0,1		
			Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,5	Karottensalat kJ 343 / 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		

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

Menüplan für KW 37 von 08.09.2025 bis 14.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 08.09.2025	Königinsuppe	BIO Gemüsegulasch dazu BIO Vollkorn-Fusilli  	Zwei Geflügelwiener mit Bratkartoffeln dazu Ketchup und Rote-Bete-Salat 	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Bohngemüse 	Zwei Gemüsemautaschen in Gemüsebrühe dazu Kartoffelsalat 	Milchpudding Vanille 
Dienstag, 09.09.2025	8-Kräutersüppchen	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Knöpfe und Gurkensalat  	Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu BIO Basmati-Reis und Rahmgemüse 	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Gurkensalat 	Kaiserschmarrn mit Vanillasauce 	Buttermilch Dessert Vanilla-Birne
Mittwoch, 10.09.2025	Champignonrahmsuppe	Fünf Fischstäbchen paniert mit Kräutersauce dazu Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen)  	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu Reibekäse und Karottensalat 	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce dazu BIO Kartoffeln und Brokkoligemüse 	Ravioli mit Käsefüllung dazu Tomaten-Paprikaragout und Karottensalat 	Fruchtjoghurt Erdbeere
Donnerstag, 11.09.2025	Tomatencremesuppe	Ein Spinat-Dinkel- Knusperplätzchen paniert dazu Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln  	Drei Cevapcici (Rind) in Bratensauce dazu Risoni (Nudelreis) und Balkangemüse 	Ein Schweinesteak natur in Bratensauce dazu Hörnchennudeln und Blattsalat mit Kräuterdressing 	Zwei mediterrane Spinatstangen dazu Schmand-Dip und Gemüsebolognese 	BIO Milchpudding Schoko 
Freitag, 12.09.2025	Gemüsebrühe mit Brunoise	Acht Vegane Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat  	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit Geflügel-Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Blumenkohlgemüse 	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelsalat 	Eine vegetarisch gefüllte Zucchini in Kräutersauce dazu BIO Fusilli 	Früchtequark Kirsche
Samstag, 13.09.2025	Buchstaben Suppe		Kartoffeleintopf mit Gemüse und Kasslerwürfel (Schwein) 	Vegetarischer Eblyeintopf 		Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja
Sonntag, 14.09.2025	Blumenkohlcremesuppe		Eine Scheibe Putenbrustbraten "Gärtnerin" in feiner Sauce mit Petersilienkartoffeln und Kaisergemüse 	Ein Sellerie-Knusperschnitzel paniert mit Kräutersauce dazu BIO Basmati-Reis und Karottensalat 		Pudding Latte-Macchiato

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 37 von 08.09.2025 bis 14.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 08.09.2025	Königsuppe G,I	BIO Gemüselasch dazu G BIO Vollkorn-Fusilli A,A1	Zwei Geflügelwiener mit 2,3,8,12 Bratkartoffeln dazu Ketchup und Rote-Bete-Salat 9	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Basmati-Reis und Bohnengemüse G,I	Zwei Gemüsemaultaschen in Gemüsebrühe dazu A,A1,C,I Kartoffelsalat A,A1,I,4 J,1,2	Milchpudding Vanille G
Dienstag, 09.09.2025	8-Kräutersüppchen G	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G BIO Knöpfe und Gurkensalat 1	Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu A,A1,A3,F,J,9 BIO Basmati-Reis und Rahmgemüse A,A1,A3,G,I	Ein Seelachsfilet natur in Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Salzkartoffeln und Gurkensalat 1	Kaiserschmarrn mit Vanillasauce G	Buttermilch Dessert Vanille-Birne G
Mittwoch, 10.09.2025	Champignonrahmsuppe G	Fünf Fischstäbchen paniert mit A,A1,D Kräutersauce dazu G,I Kartoffelpüree und Erbsengemüse (BIO Erbsen) G,1,2	BIO Spaghetti mit Bolognesesauce (Rind) dazu 12 Reibekäse und Karottensalat G,12 G,1	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in Kapernsauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Kartoffeln und Brokkoligemüse G,I,1,2	Ravioli mit Käsefüllung dazu A,A1,C,G Tomaten-Paprikaragout und Karottensalat A,A1,A3,G,I G,1	Fruchtjoghurt Erdbeere G
Donnerstag, 11.09.2025	Tomatencremesuppe G,I	Ein Spinat-Dinkel-Knuserplätzchen paniert dazu A,A1,C,G,I Blumenkohl in Hollandaise und BIO Würfelkartoffeln C,G,I	Drei Cevapcici (Rind) in Bratensauce dazu A,A1,A3,F,I Risoni (Nudelreis) und Balkangemüse A,A1,C,G G	Ein Schweinesteak natur in Bratensauce dazu A,A1,A3,I Hörnchennudeln und Blattsalat mit Kräuterdressing A,A1,C 1,2,4	Zwei mediterrane Spinatstangen dazu A,A1,G,3 Schmand-Dip und Gemüsebolognese G G,I,12	BIO Milchpudding Schoko G
Freitag, 12.09.2025	Gemüsebrühe mit Brunoise A,A1,I,4	Acht Vegane Sojabällchen mit Paprika-Dip dazu G,2,3 BIO Basmati-Reis und Mais-Paprikasalat J,L,5	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit A,A1,C,8 Geflügel-Kräutersauce dazu A,A1,A3 BIO Salzkartoffeln und Blumenkohlgemüse G,1,2	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu A,A1,A3,I Kartoffelsalat J,1,2	Eine vegetarisch gefüllte Zucchini in Kräutersauce dazu A,A1,C,G,1 A,A1,A3,G,I BIO Fusilli A,A1	Früchtequark Kirsche G
Samstag, 13.09.2025	Buchstaben A,A1,C Suppe A,A1,I,4		Kartoffeleintopf mit Gemüse und Kaslerwürfel (Schwein) A,A1,I,2,3,4,8	Vegetarischer Ebleintopf A,A1,I		Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja G
Sonntag, 14.09.2025	Blumenkohlcremesuppe G		Eine Scheibe Putenbrustbraten "Gärtnerin" in feiner Sauce mit Petersilienkartoffeln und Kaisergemüse A,A1,G,I A,A1,A3 1,2 G,I,1	Ein Sellerie-Knuserschnitzel paniert mit Kräutersauce dazu A,A1,I A,A1,A3,G,I BIO Basmati-Reis und Karottensalat 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 37 von 08.09.2025 bis 14.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 08.09.2025	Königsuppe kJ 28 / kcal 7 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,1	BIO Gemüsegulasch dazu kJ 262 / kcal 63 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 6,7 / davon Zucker 4,6 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 1,9 / Salz 2,8	Zwei Geflügelwiener mit kJ 975 / kcal 233 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,2	Schweinegeschnetzeltes kJ 463 / kcal 111 / Fett 4,5 / davon in Rahmsauce kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,6 / Salz 0,4	Zwei Gemüsemaultaschen in kJ 770 / kcal 184 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 33,8 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 6,9 / Salz 1,1	Milchpudding Vanille kJ 326 / 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
		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	Bratkartoffeln dazu kJ 510 / 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	BIO Basmati-Reis 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	BIO Gemüsebrühe dazu kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3	Kartoffelsalat kJ 394 / kcal 94 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 13,4 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 2,0
			Ketchup und 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	Rote-Bete-Salat kJ 340 / kcal 81 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,5 / Salz 0,3	Bohnergemüse kJ 145 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	
Dienstag, 09.09.2025	8-Kräutersüppchen kJ 64 / kcal 15 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,1	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	Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu kJ 340 / kcal 81 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,5 / Salz 0,3	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	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	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 141 / kcal 34 / Fett 3,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / 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	Kräutersauce dazu kJ 208 / kcal 50 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,8	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	
		BIO Knöpfele 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	Rahmgemüse kJ 317 / kcal 76 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 7,4 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2	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 0,1	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	
Mittwoch, 10.09.2025	Champignonrahmsuppe kJ 74 / kcal 18 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,4	Fünf Fischstäbchen paniert mit kJ 795 / kcal 190 / Fett 8,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 13,0 / Salz 0,8	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	Drei Königsberger Klopse (Schwein) in kJ 1008 / kcal 241 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,5	Ravioli mit Käsefüllung dazu kJ 741 / kcal 177 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 29,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 8,2 / Salz 0,8	Fruchtojoghurt Erdbeere kJ 414 / 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 383 / kcal 92 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 9,6 / davon Zucker 7,8 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,2 / Salz 1,2	Bolognesesauce (Rind) dazu kJ 464 / kcal 111 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 11,2 / Salz 0,3	Kapernsauce dazu kJ 200 / kcal 48 / Fett 4,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,3	Tomaten-Paprikaragouk kJ 107 / kcal 26 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 0,9 / 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	Reibekäse und kJ 1536 / 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	BIO Kartoffeln 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 0,1	Karottensalat kJ 386 / kcal 92 / Fett 9,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	
Donnerstag, 11.09.2025	Tomatencremesuppe kJ 179 / kcal 43 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,6	Ein Spinat-Dinkel-Knusperger paniert dazu kJ 979 / kcal 234 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 17,0 / Salz 0,9	Drei Cevapcici (Rind) in kJ 1084 / kcal 259 / Fett 20,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,9 / Kohlenhydrate 1,4 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,0 / Salz 1,8	Ein Schweinesteak natur in kJ 523 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	Zwei mediterrane Spinatstangen dazu 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 Schoko kJ 360 / kcal 86 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
		Blumenkohl in Hollandaise und kJ 109 / kcal 26 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,0	Bratensauce dazu kJ 31 / kcal 7 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,6	Risoni (Nudelreis) und kJ 651 / kcal 156 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 28,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 5,6 / Salz 0,1	Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,5	Schmand-Dip und kJ 1004 / kcal 240 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1
		BIO Würfelkartoffeln kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1	Balkangemüse kJ 222 / kcal 53 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 8,0 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,3 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,4	Hörnchennudeln und kJ 531 / kcal 127 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 23,2 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 5,1 / Salz 0,1	Gemüsebolognese kJ 515 / 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	
			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 654 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3		

Menüplan für KW 37 von 08.09.2025 bis 14.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 12.09.2025	Gemüsebrühe mit Brunoise kJ 17 / kcal 4 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,0	Acht Vegane Sojabällchen mit kJ 724 / kcal 173 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 16,3 / Salz 1,5	Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit kJ 540 / kcal 129 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,3	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in kJ 1251 / 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 vegetarisch gefüllte Zucchini in kJ 205 / kcal 49 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 5,1 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 3,0 / Salz 0,6	Fruchtquark Kirsche kJ 506 / kcal 121 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 14,0 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 6,5 / Salz 0,1
		Paprika-Dip dazu kJ 400 / kcal 96 / Fett 6,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 6,2 / davon Zucker 6,1 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,1	Geflügel-Kräutersauce dazu kJ 6 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Bratensauce dazu kJ 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Kräutersauce dazu kJ 208 / kcal 50 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / 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	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 3,7 / Salz 0,1	Kartoffelsalat kJ 394 / kcal 94 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 13,4 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 2,0	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	
		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	Blumenkohlgemüse kJ 242 / kcal 58 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,6			
Samstag, 13.09.2025	Buchstaben kJ 1556 / kcal 372 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 68,0 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 0,1		Kartoffeleintopf mit Gemüse und Kaslerwürfel (Schwein) kJ 146 / kcal 35 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,6	Vegetarischer Ebljeintopf kJ 154 / kcal 37 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 7,1 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,1		Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1
	Suppe kJ 5 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,3					
Sonntag, 14.09.2025	Blumenkohlcremesuppe kJ 101 / kcal 24 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,5		Eine Scheibe Putenbrustbraten "Gärtnerin" in kJ 477 / kcal 114 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,5 / Salz 1,4	Ein Sellerie-Knusperschnitz paniert mit kJ 347 / kcal 83 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,4		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 mit kJ 6 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Kräutersauce dazu kJ 208 / kcal 50 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,8			
		Petersilienkartoffeln und kJ 358 / kcal 85 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7	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			
		Kaisergemüse kJ 186 / kcal 44 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,5	Karottensalat kJ 343 / 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			

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

Menüplan für KW 38 von 15.09.2025 bis 21.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 15.09.2025	Karottencremesuppe	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu Bohngemüse  	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, 16.09.2025	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, 17.09.2025	Grünkernsuppe	BIO Vollkorn-Spaghetti mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse  	BIO Fusilli mit vier Mini-Rinderfrikadellen in Tomatensauce dazu Mais-Paprikasalat 	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu sieben Kroketten und Rosenkohl Gemüse 	Zwei Kartoffeltaschen (Kräuter- Frischkäse) dazu Blumenkohl in Hollandaise und Mais-Paprikasalat 	Buttermilch Dessert Heidelbeere
Donnerstag, 18.09.2025	Zwiebelsuppe	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu BIO Fusilli und Blattsalat mit Joghurdressing  	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchini Gemüse 	Zwei Schwäbische Maultaschen (Schwein) in Gemüsebrühe dazu Kartoffelsalat 	Eine Gemüsefrikadelle mit Béchamelsauce dazu BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Joghurdressing  	Milchpudding Butterkeks
Freitag, 19.09.2025	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 dazu Farfalle 	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane
Samstag, 20.09.2025	Gemüsecremesuppe		Gemüseeintopf mit Wursteinlage (Schwein) 	Tomatencremesuppe mit Reiseinlage 		Pudding Karamell
Sonntag, 21.09.2025	Currysuppe		Eine Rinder Roulade "Hausfrauen Art" in feiner Sauce dazu Eierspätzle und Rahmgemüse 	Vegane Gyrospfanne dazu Schmand-Dip und BIO Basmati-Reis 		Pudding Latte-Macchiato

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 38 von 15.09.2025 bis 21.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 15.09.2025	Karottencremesuppe A,A1,G,I,4	BIO Allgäuer Käsespätzle dazu Bohngemüse G,I	Ungarisches Rindersaftgulasch mit BIO Basmati-Reis dazu Gurkensalat A,A1,A3,I 2,3	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Paprikasauce dazu Farfalle und Brokkoligemüse A,A1,A3,G,I A,A1 G,I,1,2	Drei Eierpannkuchen mit Kirschfüllung dazu Vanillasauce A,A1,C,G G	Quark Dessert Vanilla G
Dienstag, 16.09.2025	Tomatencremesuppe G,I	Ein Seelachs Filet natur in Kräutersauce dazu BIO Salzkartoffeln und Erbsengemüse A,A1,A3,G G,1,2	Hühnerfrikassee dazu BIO Basmati-Reis und Mischgemüse A,A1,A3,G,I G,1,2	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung dazu Schinken-Sahnesauce (Schwein) und Karottensalat A,A1,C,G A,A1,A3,G,I,2,3,8 G,1	Bunter Kartoffelauflauf mit BIO Kartoffeln A,A1,A3,G,I,1,12	BIO Milchpudding Schoko G
Mittwoch, 17.09.2025	Grünkernsuppe A,A1,G,I,4	BIO Vollkorn-Spaghetti mit BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu Reibekäse A,A1 G G,12	BIO Fusilli mit vier Mini-Rinderfrikadellen in Tomatensauce dazu Mais-Paprikasalat A,A1 A,A1,C,I J,L,5	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu sieben Kroketten und Rosenkohlgemüse A,A1,A3,G,I G G,I,1,2	Zwei Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse) dazu Blumenkohl in Hollandaise und Mais-Paprikasalat G C,G,I J,L,5	Buttermilch Dessert Heidelbeere G
Donnerstag, 18.09.2025	Zwiebelsuppe I	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce dazu BIO Fusilli und Blattsalat mit Joghurt Dressing A,A1,A3,G A,A1 A,A1,C,G,J,L,5	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Zucchini gemüse A,A1,A3,G,1 G	Zwei Schwäbische Maultaschen (Schwein) in Gemüsebrühe dazu Kartoffelsalat A,A1,C,I A,A1,I,4 J,1,2	Eine Gemüsefrikadelle mit Béchamelsauce dazu BIO Basmati-Reis und Blattsalat mit Joghurt Dressing A,A1,C A,A1,A3,G,I,1 A,A1,C,G,J,L,5	Milchpudding Butterkeks A,A1,G
Freitag, 19.09.2025	Bärlauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Penne mit Käsesauce dazu Gurkensalat A,A1 G,I 1	Sechs Kibbelinge in Backteig mit Tomatensauce dazu BIO Basmati-Reis und Brokkoligemüse A,A1,C,D,J G,I,1,2	Rigatoni al forno (Rind) dazu Gurkensalat A,A1,G,12 1	Vegetarische Bolognese mit buntem Gemüse dazu Farfalle G,I,12 A,A1	Fruchtjoghurt Kirsch-Banane G
Samstag, 20.09.2025	Gemüsecremesuppe A,A1,G,I,4		Gemüseintopf mit Wursteinlage (Schwein) A,A1,I,2,3,4,8,12	Tomatencremesuppe mit Reiseinlage G,I		Pudding Karamell G
Sonntag, 21.09.2025	Currysuppe A,A1,A3,G,I		Eine Rinder Roulade "Hausfrauen Art" in feiner Sauce dazu Eierspätzle und Rahmgemüse A,A1,J A,A1,A3,F,I A,A1,C,12 A,A1,A3,G,I	Vegane Gyrosplatte dazu Schmand-Dip und BIO Basmati-Reis F G		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 38 von 15.09.2025 bis 21.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 15.09.2025	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 kJ 376 / kcal 90 / Fett 6,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,7 / Salz 0,7	Ungarisches Rindersaftgulasch mit kJ 376 / kcal 90 / Fett 4,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 11,7 / Salz 0,4	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	Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu kJ 715 / 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	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
		Bohngemüse kJ 138 / kcal 33 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,0	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	Paprikasauce dazu kJ 33 / kcal 8 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 1,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,1	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	
			Gurkensalat kJ 184 / kcal 44 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 8,3 / davon Zucker 7,1 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,6	Farfalle und 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	Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,5	
Dienstag, 16.09.2025	Tomatencremesuppe kJ 179 / kcal 43 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,6	Ein Seelachs Filet natur in kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Hühnerfrikassee dazu kJ 293 / kcal 70 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 7,2 / Salz 0,6	Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung dazu kJ 724 / kcal 173 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 31,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 7,4 / Salz 0,8	Bunter Kartoffelauflauf mit BIO Kartoffeln kJ 440 / kcal 105 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 5,8 / Salz 0,4	BIO Milchpudding Schoko kJ 360 / kcal 86 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
		Kräutersauce dazu kJ 174 / kcal 42 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 1,4 / 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	Schinken-Sahnesauce (Schwein) und kJ 439 / kcal 105 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,5 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,9 / 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 0,1	Mischgemüse kJ 174 / kcal 42 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,4	Kartottensalat kJ 386 / kcal 92 / Fett 9,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0		
Mittwoch, 17.09.2025	Grünkernsuppe kJ 169 / kcal 40 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,4	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	BIO Fusilli 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 0,0	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu kJ 463 / kcal 111 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,6 / Salz 0,4	Zwei Kartoffeltaschen (Kräuter-Frischkäse) dazu kJ 761 / kcal 182 / Fett 10,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 19,0 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 3,0 / Salz 1,5	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 286 / kcal 69 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 5,4 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 3,1 / Salz 1,2	vier Mini-Rinderfrikadellen in kJ 983 / kcal 235 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,3 / Kohlenhydrate 7,8 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,6	sieben Kroketten und kJ 711 / 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	Blumenkohl in Hollandaise und kJ 109 / kcal 26 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,0	
		Reibekäse kJ 1314 / 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	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	Rosenkohlgemüse kJ 216 / kcal 52 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 5,3 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 4,5 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,6	Mais-Paprikasalat kJ 387 / kcal 92 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,9	
Donnerstag, 18.09.2025	Zwiebelsuppe kJ 49 / kcal 12 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,6	Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce kJ 121 / kcal 29 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1	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	Zwei Schwäbische Maultaschen (Schwein) in kJ 925 / kcal 221 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 29,5 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 2,4 / Eiweiß 8,8 / Salz 1,5	Eine Gemüsekugelle mit kJ 531 / kcal 127 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 6,2 / Ballaststoffe 2,4 / Eiweiß 4,2 / Salz 1,1	Milchpudding Butterkekse kJ 331 / 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 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	Rahmsauce dazu kJ 184 / kcal 44 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Gemüsebrühe dazu kJ 5 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,3	Béchamelsauce dazu kJ 5 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 2,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 1,7 / Salz 0,6	
		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 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 0,1	Kartoffelsalat kJ 394 / kcal 94 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 13,4 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,6 / Salz 2,0	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	
	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	Zucchini gemüse kJ 101 / kcal 24 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,9 / 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	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	

Menüplan für KW 38 von 15.09.2025 bis 21.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 19.09.2025	Bärlauchcremesuppe kJ 165 / kcal 40 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / 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 845 / kcal 202 / Fett 9,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 17,2 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 12,2 / Salz 0,9	Rigatoni al forno (Rind) dazu kJ 622 / kcal 149 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 10,1 / Salz 1,0	Vegetarische Bolognese mit buntem Gemüse dazu 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	Fruchtojoghurt Kirsch-Banane kJ 402 / kcal 96 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 12,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,0
		Käsesauce dazu kJ 510 / kcal 122 / Fett 7,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,9 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 4,9 / 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	Farfalle 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	
		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			
			Brokkoligemüse kJ 190 / kcal 45 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,5			
Samstag, 20.09.2025	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		Gemüseintopf mit Wursteinlage (Schwein) kJ 221 / kcal 53 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,4 / Salz 0,5	Tomatencremesuppe mit Reiseinlage kJ 225 / kcal 54 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 7,4 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,6		Pudding Karamell kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,6 / Salz 0,2
Sonntag, 21.09.2025	Currysuppe kJ 154 / kcal 37 / Fett 3,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,1		Eine Rinder Roulade "Hausfrauen Art" 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	Vegane Gyrospfanne dazu kJ 464 / kcal 111 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 10,0 / Salz 1,2		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 31 / kcal 7 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,6	Schmand-Dip und kJ 1004 / kcal 240 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,0 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1		
			Eierspätzle und kJ 661 / kcal 158 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,6	BIO Basmati-Reis kJ 499 / kcal 119 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,3		
			Rahmgemüse kJ 317 / kcal 76 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 7,4 / davon Zucker 4,5 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2			

Menüplan für KW 39 von 22.09.2025 bis 28.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 22.09.2025	Eiermuschelsuppe	Zwei Eier mit BIO Rahmspinat dazu BIO Salzkartoffeln  	Putengeschnetzeltes in Geflügel- Kräutersauce dazu BIO Fusilli und Bohnen Gemüse 	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffelpüree und Krautsalat 	Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne 	BIO Milchpudding Schoko 
Dienstag, 23.09.2025	Kohlrabicremesuppe	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, 24.09.2025	Champignonrahmsuppe	Wurstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu Blattsalat mit Kräuter dressing  	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse 	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in Bratensauce dazu Kartoffel-Gurkensalat 	Zwei Apfelstrudel mit Vanillasauce 	Nuss-Nougat Pudding
Donnerstag, 25.09.2025	Brokkolicremesuppe	Lachs-Kartoffelsuppe dazu eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot  	Makkaroni-Hackfleischauflauf (Rind) dazu Karottensalat 	Ein Schweinesteak natur in Rahmsauce dazu Bratkartoffeln und Romanbohnen gemüse 	BIO Penne mit Tomatensauce dazu Reibekäse und Karottensalat 	Pfirsich-Maracuja Joghurt
Freitag, 26.09.2025	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 	Fruchtjoghurt Mango
Samstag, 27.09.2025	Zucchini cremesuppe		Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch 	Vegetarischer Gemüse-Curry Eintopf 		Pudding Karamell
Sonntag, 28.09.2025	Sellerie cremesuppe		Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu Farfalle und Blumenkohlgemüse 	Ein Gemüseschnitzel paniert mit Kräutersauce dazu BIO Würfelkartoffeln und Rote-Bete-Salat 		Vanillepudding

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 39 von 22.09.2025 bis 28.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 22.09.2025	Eiermuschelsuppe A,A1,C,I,4	Zwei Eier mit C BIO Rahmspinat dazu G BIO Salzkartoffeln	Putengeschnetzeltes in Geflügel-Kräutersauce dazu BIO Fusilli und A,A1 Bohnenngemüse G,I	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in 2,3,8 Bratensauce dazu A,A1,A3,I Kartoffelpüree und G,1 Krautsalat 3	Bunte A,I,2,3,12 Gnocchi-Gemüsepfanne	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 23.09.2025	Kohlrabicremesuppe G	BIO Rote-Linsenbolognese mit Rigatoni dazu A,A1 Reibekäse G,12	BIO Spaghetti mit A,A1 Carbonarasauce (Pute) dazu A,A1,A3,G,I,2,3,8 Reibekäse und G,12 Gurkensalat 1	Linzen mit A,A1,A3,I,1 Eierspätzle und A,A1,C,12 zwei Saitenwürste (Schwein) 2,3,8,12	Vegetarischer Maultaschenauflauf dazu A,A1,C,G,I Gurkensalat 1	Fruchtquark Dessert Mandarine G
Mittwoch, 24.09.2025	Champignonrahmsuppe G	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit BIO Gnocchi dazu A Blattsalat mit Kräuterdressing 1,2,4	Ein Pangasiusfilet natur in Dillsauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse G,I,1,2	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in 2,3,8 Bratensauce dazu A,A1,A3,I Kartoffel-Gurkensalat J,1,2	Zwei Apfelstrudel mit A,A1 Vanillasauce G	Nuss-Nougat Pudding
Donnerstag, 25.09.2025	Brokkolicremesuppe A,A1,A3,G,I	Lachs-Kartoffelsuppe dazu A,A1,D,G,I,4 eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot A,A1,A2,A4	Makkaroni-Hackfleischauflauf (Rind) dazu A,A1,A3,C,G,I,12 Karottensalat G,1	Ein Schweinesteak natur in A,A1 Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I Bratkartoffeln und Romanobohnengemüse G,I,1	BIO Penne mit A,A1 Tomatensauce dazu Reibekäse und G,12 Karottensalat G,1	Pfirsich-Maracuja Joghurt G
Freitag, 26.09.2025	Flädle A,A1,C,G Suppe A,A1,I,4	Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu I,12 BIO Fusilli A,A1	Sechs Hähnchen Nuggets mit A,A1,8 Tomatensauce dazu BIO Bulgur und A,A1,I,4 Mais-Paprikasalat J,L,5	Ein Cordon bleu vom Schwein mit A,A1,G,2,3 Bratensauce dazu A,A1,A3,I BIO Basmati-Reis und Kaisergemüse G,I,1	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu A,A1,A3,C,G Blattsalat mit Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,2,4	Fruchtjoghurt Mango G
Samstag, 27.09.2025	Zucchini cremesuppe A,A1,G		Kohlrabeintopf mit Rinderhackfleisch G,12	Vegetarischer Gemüse-Curry Eintopf A,A1,A3,G,I		Pudding Karamell G
Sonntag, 28.09.2025	Sellerie cremesuppe A,A1,A3,G,I		Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu A,A1,A3,F,J,9 Farfalle und A,A1 Blumenkohlgemüse G,1,2	Ein Gemüseschnitzel paniert mit A,A1,A4 Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Würfelpotato und Rote-Bete-Salat 9		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) Allergenfremd

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

Menüplan für KW 39 von 22.09.2025 bis 28.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 22.09.2025	Eiermuscheluppe 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	Zwei Eier mit kJ 265 / kcal 63 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 3,7 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 2,7 / Salz 1,0	Putengeschnetztes in Geflügel-Kräutersauce dazu kJ 291 / kcal 70 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,4 / Salz 0,2	Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in kJ 1251 / 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	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 360 / kcal 86 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1
		BIO Rahmspinat 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 0,1	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	Bratensauce dazu kJ 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	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	
		BIO Salzkartoffeln kJ 287 / kcal 69 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 8,8 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,5 / Salz 3,7	Bohngemüse kJ 145 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Krautsalat kJ 218 / kcal 52 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,5		
Dienstag, 23.09.2025	Kohlrabi cremesuppe 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-Linsensbolognese mit kJ 582 / kcal 139 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,2 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,3	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	Linsen mit kJ 252 / kcal 60 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 2,6 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,6	Vegetarischer Maultaschenauflauf dazu kJ 520 / kcal 124 / Fett 5,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 12,3 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 5,8 / Salz 1,3	Fruchtquark Dessert Mandarine kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1
		Rigatoni dazu kJ 1264 / 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	Carbonarasauce (Pute) dazu kJ 264 / kcal 63 / Fett 4,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 1,3 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,4 / Salz 0,6	Eierspätzle und kJ 661 / kcal 158 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 7,0 / 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	
		Reibekäse kJ 1314 / 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	Reibekäse und 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	zwei Saitenwürste (Schwein) kJ 1163 / kcal 278 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 9,1 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 15,0 / Salz 2,5		
Mittwoch, 24.09.2025	Champignonrahmsuppe kJ 74 / kcal 18 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,4	Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit 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	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	Eine Scheibe Kassler (Schwein) in kJ 828 / kcal 198 / Fett 14,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,0 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 17,0 / Salz 2,3	Zwei Apfelstrudel mit kJ 661 / kcal 158 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 33,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,4	Nuss-Nougat 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
		BIO Gnocchi dazu kJ 639 / kcal 153 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 32,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 3,8 / Salz 0,2	Dillsauce dazu kJ 267 / kcal 64 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,1 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Bratensauce dazu kJ 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	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	
		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 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 0,1	Kartoffel-Gurkensalat kJ 315 / kcal 75 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 10,7 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,6		
Donnerstag, 25.09.2025	Brokkoliremesuppe kJ 108 / kcal 26 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 0,6 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 1,0 / Salz 0,3	Lachs-Kartoffelsuppe dazu kJ 248 / kcal 59 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 6,3 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,7	Makkaroni-Hackfleisch (Rind) dazu kJ 584 / kcal 139 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 9,5 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 8,3 / Salz 0,3	Ein Schweinesteak natur in kJ 523 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	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	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
		eine Scheibe BIO Vollkorn-Brot kJ 971 / kcal 232 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 36,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 6,8 / Eiweiß 6,4 / Salz 1,2	Karottensalat kJ 386 / kcal 92 / Fett 9,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Rahmsauce dazu kJ 240 / kcal 57 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / 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	
			Bratkartoffeln und kJ 510 / 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	Romanobohnengemüse kJ 144 / kcal 34 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,5	Reibekäse und kJ 1536 / 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	Karottensalat kJ 386 / kcal 92 / Fett 9,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0

Menüplan für KW 39 von 22.09.2025 bis 28.09.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 26.09.2025	Flädle kJ 1377 / kcal 329 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 25,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 9,0 / 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 4,8 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,2 / Salz 1,6	Sechs Hähnchen Nuggets mit kJ 753 / kcal 180 / Fett 8,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 0,9	Ein Cordon bleu vom Schwein mit kJ 883 / kcal 211 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,3	Spätzle Auflauf mit Spinat dazu kJ 616 / kcal 147 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,3 / Kohlenhydrate 13,6 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 6,4 / Salz 0,7	Fruchtojoghurt 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
	Suppe kJ 5 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,3	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 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / 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	
			BIO Bulgur und kJ 577 / kcal 138 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 27,6 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 4,0 / Eiweiß 3,6 / 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	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	
Samstag, 27.09.2025	Zuchnicremesuppe kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5		Kohlrabieintopf mit Rinderhackfleisch kJ 349 / kcal 83 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 6,3 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,4	Vegetarischer Gemüse-Curry Eintopf kJ 269 / kcal 64 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 5,3 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 1,3 / Salz 0,2	pudding Karamell kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,6 / Salz 0,2	
	Selleriecremesuppe kJ 106 / kcal 25 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,4		Rindergeschnetzeltes Stroganoff dazu kJ 340 / kcal 81 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,5 / Salz 0,3	Ein Gemüseschnitzel paniert mit kJ 799 / kcal 191 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 27,0 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,1 / Salz 1,2	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	
Sonntag, 28.09.2025			Farfalle und 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	Kräutersauce dazu kJ 208 / kcal 50 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,8		
			Blumenkohlgemüse kJ 242 / kcal 58 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,6	BIO Würfelkartoffeln und kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1		
				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		

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

Menüplan für KW 40 von 29.09.2025 bis 05.10.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 29.09.2025	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, 30.09.2025	Paprikasamtsuppe	BIO Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu BIO Blumenkohlgemüse  	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, 01.10.2025	Steckrübensuppe	Ein Eieromelette natur mit Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat  	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu BIO Basmati-Reis und Rosenkohlgemüse 	Ein Schweineschnitzel paniert mit Bratensauce dazu Käsespätzle (BIO Spätzle) und Karottensalat 	BIO Vollkorn-Spaghetti mit Zucchinisauce dazu BIO Reibekäse 	Stracciatella Joghurt
Donnerstag, 02.10.2025	Grießsuppe	Bunter Nudelauf mit BIO Gemüse dazu Rote-Bete-Salat  	Eine Scheibe Siedfleisch (Rind) in Meerrettichsauce dazu Bouillonkartoffeln 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, 03.10.2025	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
Samstag, 04.10.2025	Erbsensuppe		Gaisburger Marsch 	Vegetarischer Bauerntopf 		Fruchtjoghurt Heidelbeere
Sonntag, 05.10.2025	Nudel Suppe		Eine Scheibe Schweinebraten in feiner Sauce dazu zwei Semmelknödel und Bohngemüse 	Ein Blumenkohl-Käse-Medaillon dazu Kräutersauce mit BIO Würfelkartoffeln und Karottengemüse 		Fruchtjoghurt Kirsche

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 40 von 29.09.2025 bis 05.10.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Montag, 29.09.2025	Lauchcremesuppe A,A1,A3,G,I	BIO Vollkorn-Penne mit A,A1 BIO Spinat-Sahnesauce dazu G,I Reibekäse G,12	Eine Geflügelbratwurst in I,J,3,8 Bratensauce dazu A,A1,A3 Kartoffelpüree und G,1 Kaisergemüse G,I,1	Ein Schweinesteak natur in A,A1 Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I Eierspätzle und A,A1,C,12 Karottensalat 2,3	Fünf Reibekuchen mit A,A1,C Apfelmus 3	BIO Milchpudding Schoko G
Dienstag, 30.09.2025	Paprikasamtuppe A,A1,A3,G,I	BIO Farfalle mit Lachs-Sahnesauce dazu A,A1,A3,D,G BIO Blumenkohlgemüse G,1,2	BIO Spaghetti mit A,A1 Bolognesesauce (Rind) 12 Reibekäse und G,12 Gurkensalat 1	Geflügelgulasch in Paprikasauce dazu A,A1,A3,G,I BIO Salzkartoffeln und Zucchini gemüse G	Drei Spinatknödel mit A,A1,C,G Käsesauce dazu A,A1,A3,G Gurkensalat 1	Fruchtquark-Dessert Birne G
Mittwoch, 01.10.2025	Steckrübensuppe A,A1,A3,G,I	Ein Eieromelette natur mit C,G Baked Beans dazu BIO Salzkartoffeln und Karottensalat G,1	Ein Hähnchenbrustfilet natur in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,1 BIO Basmati-Reis und Rosenkohlgemüse G,I,1,2	Ein Schweineschnitzel paniert mit A,A1 Bratensauce dazu A,A1,A3,I Käsespätzle (BIO Spätzle) und G,I Karottensalat G,1	BIO Vollkorn-Spaghetti mit A,A1 Zucchinisauce dazu G,I BIO Reibekäse G,12	Stracciatella Joghurt G
Donnerstag, 02.10.2025	Grießsuppe A,A1,1,4	Bunter Nudelauflauf mit A,A1,G,I BIO Gemüse dazu Rote-Bete-Salat 9	Eine Scheibe Siedfleisch (Rind) in Meerrettichsauce dazu A,A1,A3,G,L,3,5 Bouillonkartoffeln und A,A1,I Rote-Bete-Salat 9	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I sieben Kroketten und G Erbsenrahmgemüse A,A1,A3,G,I	Ein Sellerie-Knusperschnitzel dazu A,A1,I BIO Penne und A,A1 Basilikum-Pestosauce A,A1,A3,G,I,2,3	BIO Milchpudding Vanille G
Freitag, 03.10.2025	Linsensuppe A,A1,I,1,4	Sechs Chicken Nuggets mit A,A1,8 Tomatensauce dazu BIO Bulgur und A,A1,I,4 Mais-Paprikasalat J,L,5	Putencurry "Bombay" dazu G BIO Basmati-Reis und Asiagemüse G,I,1,2	Eine Kohlroulade (Schwein) in A,A1 Bratensauce dazu A,A1,A3,I BIO Kräuterkartoffeln und 1,2 Leipziger Allerlei G,1,2	Drei Eierpfannkuchen natur dazu A,A1,C,G Gemüsebolognese und G,I,12 Blattsalat mit Senfdressing J,1,2,4	Früchtequark Dessert Erdbeere G
Samstag, 04.10.2025	Erbsensuppe A,A1,G,I,4		Gaisburger Marsch A,A1,C,I	Vegetarischer Bauerntopf I		Fruchtjoghurt Heidelbeere G
Sonntag, 05.10.2025	Nudel Suppe A,A1,C A,A1,I,4		Eine Scheibe Schweinebraten in A,A1,A3,I feiner Sauce dazu zwei Semmelknödel und Bohnen gemüse G,I	Ein Blumenkohl-Käse-Medaillon dazu A,A1,G Kräutersauce mit A,A1,A3,G,I BIO Würfelkartoffeln und Karottengemüse G,1,2		Fruchtjoghurt Kirsche G,1

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

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

Menüplan für KW 40 von 29.09.2025 bis 05.10.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert	
Montag, 29.09.2025	Lauchcremesuppe kJ 83 / kcal 20 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,0	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 920 / 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 6 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Fünf Reibekuchen mit kJ 523 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3	Apfelmus kJ 552 / 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 360 / kcal 86 / Fett 1,8 / 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 280 / kcal 67 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 6,1 / davon Zucker 4,2 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,0 / Salz 1,4	Bratensauce dazu kJ 6 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Rahmsauce dazu kJ 240 / kcal 57 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,0	Eierspätzle und kJ 661 / kcal 158 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,6		
		Reibekäse kJ 1473 / 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	Kaisergemüse kJ 186 / kcal 44 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 3,8 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,5	Karottensalat kJ 343 / 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, 30.09.2025	Paprikasamtuppe kJ 116 / kcal 28 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,2	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	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 206 / kcal 49 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,1	Drei Spinatknödel mit kJ 728 / 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 341 / kcal 81 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,4	Bolognesesauce (Rind) dazu kJ 464 / kcal 111 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 11,2 / Salz 0,3	BIO Salzkartoffeln und kJ 101 / kcal 24 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,3	Käsesauce dazu kJ 559 / kcal 134 / Fett 9,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 7,8 / davon Zucker 3,5 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 4,7 / Salz 0,8		
		BIO Blumenkohlgemüse kJ 242 / kcal 58 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 3,7 / Salz 0,8	Reibekäse und kJ 1536 / 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 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, 01.10.2025	Steckrübensuppe kJ 69 / kcal 16 / Fett 0,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1	Ein Eieromelette natur mit kJ 615 / 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 519 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7	Ein Schweineschnitzel paniert mit kJ 1008 / 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	Straciatella Joghurt kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,1 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1	
		Baked Beans dazu kJ 465 / kcal 111 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 4,6 / Ballaststoffe 6,5 / Eiweiß 6,4 / Salz 1,6	Rahmsauce dazu kJ 184 / kcal 44 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Bratensauce dazu kJ 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Käsespätzle (BIO Spätzle) und kJ 376 / kcal 90 / Fett 6,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,7 / Salz 0,7	Zuchinisauce dazu kJ 262 / kcal 63 / Fett 5,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,7 / Salz 0,2	
		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 0,1	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	Karottensalat kJ 386 / kcal 92 / Fett 9,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	BIO Reibekäse kJ 1431 / 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 386 / kcal 92 / Fett 9,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 0,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0	Rosenkohlgemüse kJ 216 / kcal 52 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 5,3 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 4,5 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,6				
Donnerstag, 02.10.2025	Grießsuppe kJ 49 / kcal 12 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,2	Bunter Nudelauflauf mit BIO Gemüse dazu kJ 695 / kcal 166 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 25,3 / davon Zucker 5,0 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 6,1 / Salz 1,1	Eine Scheibe Siedfleisch (Rind) in kJ 1264 / kcal 302 / Fett 12,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,3 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 47,3 / Salz 0,7	Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu kJ 463 / kcal 111 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,6 / Salz 0,4	Ein Sellerie-Krupschnitzel kJ 347 / kcal 83 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 2,9 / Salz 1,4	BIO Milchpudding Vanille kJ 331 / kcal 79 / 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 285 / kcal 68 / Fett 6,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,2 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,9 / Salz 0,5	sieben Kroketten und kJ 711 / 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		
			Bouillionkartoffeln und kJ 106 / kcal 25 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,4	Erbsenrahmgemüse kJ 414 / kcal 99 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 9,9 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 4,1 / Eiweiß 6,2 / Salz 0,8	Basilikum-Pestosauce kJ 269 / kcal 64 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,6		
			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 40 von 29.09.2025 bis 05.10.2025

	Vorsuppe	Menü 1	Menü 2	Menü 3	Menü 4	Dessert
Freitag, 03.10.2025	Linsensuppe kJ 108 / kcal 26 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 1,7 / Salz 0,2	Sechs Chiken Nuggets mit kJ 753 / kcal 180 / Fett 8,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 0,9	Putencurry "Bombay" dazu kJ 470 / kcal 112 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 2,1 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 17,0 / Salz 0,4	Eine Kohlroulade (Schwein) in kJ 665 / 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 728 / 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 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	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 577 / kcal 138 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 27,6 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 4,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,3	Asiagemüse kJ 248 / kcal 59 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 2,9 / 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 312 / kcal 75 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 8,8 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 4,0 / Eiweiß 3,8 / Salz 0,8	Senfdressing kJ 649 / kcal 155 / Fett 15,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2	
Samstag, 04.10.2025	Erbsensuppe kJ 160 / kcal 38 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1		Gaisburger Marsch kJ 247 / kcal 59 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 6,3 / Salz 0,1	Vegetarischer Bauerntopf kJ 307 / kcal 73 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 11,2 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 4,5 / Salz 0,4	Fruchtjoghurt Heidelbeere kJ 440 / kcal 104 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,1	
Sonntag, 05.10.2025	Nudel kJ 1531 / 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 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	Ein Blumenkohl-Käse-Medley dazu kJ 766 / 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	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	
	Suppe kJ 5 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,2 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,3		feiner Sauce dazu kJ 3 / kcal 1 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,1 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	Kräutersauce mit kJ 208 / kcal 50 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,4 / Salz 0,8		
			zwei Semmelknödel und kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0	BIO Würfelkartoffeln und kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,1		
			Bohngemüse kJ 145 / kcal 35 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,4	Karottengemüse kJ 237 / kcal 57 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 9,1 / davon Zucker 7,4 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3		