

SPEISEKARTE



Montag

KW 33
Dienstag

10.08.2026
Mittwoch

bis

13.08.2026
Donnerstag

Vegetarisch

Bio-Paprikarahmsauce mit Makkaroni Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Süßkartoffel-Tikka-Masala, dazu Erbsen mit Langkornreis Sojabohnen	Mildes Curry mit Tomaten-Kokossauce und Veggiestreifen, dazu Möhren und Salzkartoffeln 1	Käseknöpfe mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)
KJ 529 / kcal 127 / Fett 2,8g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 20,8g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 3,6g / Salz 0,82g / BE 1,7	KJ 482 / kcal 114 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,6g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,8g / Salz 0,93g / BE 1,6	KJ 399 / kcal 96 / Fett 2,0 g , davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,9 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 0,67 g / BE 1,2	KJ 750 / kcal 180 / Fett 8,8g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18,4g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 6,6g / Salz 0,99g / BE 1,5

Vollkost

Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 3, 8 		Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln Milch (Lactose), Sellerie 	Käseknöpfe mit Röstzwiebeln (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)
KJ 661 / kcal 158 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 21,1g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 5,8g / Salz 0,79g / BE 1,8		KJ 305 / kcal 73 / Fett 2,4 g , davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 9,1 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,54 g / BE 0,8	KJ 750 / kcal 180 / Fett 8,8g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18,4g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 6,6g / Salz 0,99g / BE 1,5

DE-ÖKO-003

SPEISEKARTE



Montag

KW 34
Dienstag

17.08.2026
Mittwoch

bis

20.08.2026
Donnerstag

Vegetarisch

Gemüse-Burger mit Ketchup, dazu Pommes

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam

kJ 664 / kcal 158 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 25g,
davon Zucker 3,6g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,69g / BE 2,1

Fussili mit Tomatensauce, dazu Gemüsesticks (alles in Bio-Qualität)

Gluten (Weizen)



kJ 484 / kcal 115 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 21,9
g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,54 g / BE 1,8

Falafelbällchen mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Spätzle

Gluten (Weizen), Eier, Senf

kJ 543 / kcal 129 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH
18,6g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,04g / BE 1,6

Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Dillsauce, dazu Erbsen und Möhren und Salzkartoffeln

Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

kJ 379 / kcal 98 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,1g,
davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,71g / BE 0,9

Vollkost

Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes

Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam



kJ 639 / kcal 152 / Fett 4 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,8
g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,58 g / BE 1,9

Fussili mit Tomatensauce, dazu Gemüsesticks (alles in Bio-Qualität)

Gluten (Weizen)



kJ 484 / kcal 115 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 21,9
g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,54 g / BE 1,8

Putenfrikadelle mit brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Spätzle

Gluten (Weizen), Eier, Senf



kJ 517 / kcal 123 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH
13,0g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 7,4g / Salz 1,05g / BE 1,1

Paniertes Seelachsfilet mit Dillsauce, dazu Erbsen und Möhren und Salzkartoffeln

Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



kJ 388 / kcal 100 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH
11,8g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 4,1g / Salz 0,63g / BE 1,0

DE-ÖKO-003