

# SPEISEKARTE



KW 16  
Dienstag

13.04.2026 bis  
Mittwoch

17.04.2026  
Donnerstag

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch	Vegetarisch	Vollkost	Vollkost
<p><b>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Brötchen</b> <b>DGE-Empfehlung:</b> <b>Gurkensticks</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p> kJ 538 / kcal 129 / Fett 4g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 19,3g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 3,5g / Salz 1,24g / BE 1,6</p>	<p><b>Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelrahmsuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 11</p> <p>kJ 422 / kcal 101 / Fett 5,6g, davon ges. Fettsäuren 3g / KH 10,1g, davon Zucker 5,5g / Eiweiß 2,4g / Salz 0,27g / BE 0,8</p> <p></p>	<p><b>Geflügel-Currywurst mit Pommes</b></p> <p>Senf</p> <p>8</p> <p>kJ 491 / kcal 118 / Fett 4,5g, davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 13,3g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 0,63g / BE 1,1</p> <p></p>	<p><b>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8</p> <p>kJ 394 / kcal 94 / Fett 2,7g, davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 11,6g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5,7g / Salz 0,81g / BE 1</p> <p></p>
<p><b>Gurkensticks</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p> kJ 58 / kcal 13 / Fett 0,2g, davon ges. Fettsäuren 0g / KH 1,8g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 0,7g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p><b>Gemischter Salat mit Joghurtdressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 133 / kcal 31 / Fett 1,7g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 2,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 1,4g / Salz 0,26g / BE 0,2</p>	<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p>kJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2g, davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p><b>Bunter Salat mit Balsamicodressing</b></p> <p>Senf, Sulfit</p> <p>3</p> <p>kJ 127 / kcal 30 / Fett 1,7g, davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 2,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,24g / BE 0,2</p>
<p><b>Fruchtojoghurt Erdbeere</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kJ 451 / kcal 107 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 2g / KH 16,5g, davon Zucker 16,4g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,13g / BE 1,4</p>	<p><b>Weintrauben</b></p> <p> kJ 394 / kcal 70 / Fett 0,3g, davon ges. Fettsäuren / 0,1g KH 15,2g, davon Zucker 14,5g / Eiweiß 0,7g / Salz 0,01g</p>	<p><b>Buttermilchdessert Mango</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p> kJ 238 / kcal 56 / Fett 1,8g, davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 8,9g, davon Zucker 7,8g / Eiweiß 1,4g / Salz 0,06g / BE 0,7</p>	<p><b>Apfel</b></p> <p> kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g, davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>

DE-ÖKO-003

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Nährwertangaben pro 100g



Vollkost	Vollkost	Vegetarisch	Vollkost
<p><b>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Kartoffelpüree</b></p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> 3,8</p> <p>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</p>	<p><b>Wurstgulasch mit Geflügelwienerei, dazu Makkaroni</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> 3,8</p> <p>KJ 661 / kcal 158 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 21,1 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 5,8 g / Salz 0,79 g / BE 1,8</p>	<p><b>Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln</b></p> <p><b>DGE-Empfehlung: Birne</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>KJ 373 / kcal 88 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 9,6 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 2,8 g / Salz 0,49 g / BE 0,8</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis</b></p> <p><b>DGE-Empfehlung: Milchpudding Schokolade</b></p> <p>Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>KJ 469 / kcal 112 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 18,1 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,93 g / BE 1,5</p>
<b>Salat</b>			
<p><b>Gemischter Salat mit Joghurt dressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p>KJ 144 / kcal 34 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 1,9 g, davon Zucker 2 g / Eiweiß 1,1 g / Salz 0,26 g / BE 0,2</p>	<p><b>Bunter Salat mit Mais und American-Dressing</b></p> <p>Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p>KJ 314 / kcal 75 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 7,1 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,27 g / BE 0,59</p>	<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p>KJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0 g / KH 2,7 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 1 g / Salz 0 g / BE 0,2</p>	<p><b>Gemischter Salat mit Kräuterdressing</b></p> <p>Senf, Sulfit</p> <p>3, 11</p> <p>KJ 318 / kcal 76 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g, KH 9,0 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 2,1 g / Salz 0,84 g / BE 0,75</p>
<b>Dessert</b>			
<p><b>Heidelbeerjoghurt</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>KJ 409 / kcal 97 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 12,9 g, davon Zucker 12,1 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 0,12 g / BE 1,1</p>	<p><b>Milchpudding Butterkeks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>KJ 333 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</p>	<p><b>Birne</b></p> <p>KJ 251 / kcal 60 / Fett 0,4 g, davon ges. Fettsäuren 0 g / KH 13,2 g, davon Zucker 11,3 g / Eiweiß 0,5 g / Salz 0 g / BE 1,1</p>	<p><b>Milchpudding Schokolade</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>KJ 350 / kcal 83 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</p>

DE-ÖKO-003

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Nährwertangaben pro 100g

KW 18

27.04.2026 bis

01.05.2026

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch	Vollkost	Vollkost	Vollkost
<p><b>American Pancakes mit Roter Grütze und Vanillesauce, vorweg Brokkolicremesuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 687 / kcal 163 / Fett 5,8g, davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 22,9g, davon Zucker 11,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,52g / BE 1,9</p> <p></p>	<p><b>Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks</b></p> <p><b>DGE-Empfehlung: Buttermilchdessert Mango</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier; Dessert: Milch (Lactose)</p> <p>kj 466 / kcal 111 / Fett 2,2g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,9g, davon Zucker 3g / Eiweiß 3,7g / Salz 0,54g / BE 1,6</p> <p></p>	<p><b>Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</b></p> <p><b>DGE-Empfehlung: Apfel</b></p> <p>Fisch, Gluten (Weizen)</p> <p>kj 418 / kcal 99 / Fett 2,6g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,6g / Salz 0,24g / BE 1,1</p> <p></p>	<p><b>Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 4,6g, davon ges. Fettsäuren 1g / KH 15,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 7,9g / Salz 1,05g / BE 1,3</p> <p></p>
<p><b>Bunter Salat mit Italian-Dressing</b></p> <p>Sulfit/Schwefeldioxid</p> <p>3</p> <p>kj 165 / kcal 39 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 1,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,45 g / BE 0,11</p> <p></p>	<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g, davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p> <p></p>	<p><b>Salat mit Zitronendressing</b></p> <p>kj 174 / kcal 41 / Fett 3,1g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2</p> <p></p>	<p><b>Gemischter Salat mit Joghurt dressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kj 214 / kcal 50 / Fett 3,3g, davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 3,7g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 1,3g / Salz 0,81g / BE 0,3</p>
<p><b>Apfel</b></p> <p>kj 255 / kcal 61 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 14,4 g, davon Zucker 10,3 g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,1 g / BE 1,2</p> <p></p>	<p><b>Buttermilchdessert Mango</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 379 / kcal 91 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 12 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,13 g / BE 1,0</p> <p></p>	<p><b>Obstkorb</b></p> <p>kj 271 / kcal 65 / Fett 0g, davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>	<p><b>Milchpudding Vanille</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 331 / kcal 78 / Fett 1,5g, davon ges. Fettsäuren 1g / KH 13g, davon Zucker 10g / Eiweiß 3,2g / Salz 0,18g / BE 1,1</p> <p></p>

DE-ÖKO-003

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert. Nährwertangaben pro 100g