



# SPEISEKARTE

**KW 23** **01.06.2026** **bis** **05.06.2026**  
**Dienstag** **Mittwoch** **Donnerstag**




**Montag**

Vegetarisch		Vollkost		Vollkost	
<p><b>Milchreis mit Apfelragout, vorweg Nudelsuppe mit Erbsen und Pastinaken</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>3, 11</p> <p>kJ 335 / kcal 80 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 9,4 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 1,7 g / Salz 0,25 g / BE 0,8</p>	<p><b>Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p>kJ 473 / kcal 113 / Fett 5,8g, davon ges. Fettsäuren 2,2g / KH 10,3g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,91g / BE 0,9</p>	<p><b>Hähnchen-Dönerteller mit Sour-Cream und Pommes</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 472 / kcal 113 / Fett 3,2g, davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 13,1g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 7,4g / Salz 0,67g / BE 1,1</p>	<p><b>Fronleichnam</b> <b>SCHULFREI</b></p>		
<b>Salat</b>					
<p><b>Möhrensticks</b></p> <p>kJ 163 / kcal 38 / Fett 0,2g, davon ges. Fettsäuren 0g / KH 6,8g, davon Zucker 6,3g / Eiweiß 0,8g / Salz 0,05g / BE 0,6</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>Blattsalat mit Zitronenvinaigrette</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><b>Gurkensticks</b></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>		
<b>Dessert</b>					
<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 Butterkeks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 333 / kcal 79 / Fett 1,5g, davon ges. Fettsäuren 1g / KH 13g, davon Zucker 10g / Eiweiß 3,1g / Salz 0,18g / BE 1,1</p>	<p><b>Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kJ 45,1 / kcal 107 / Fett 3 g, davon ges. Fettsäuren 2 g / KH 16,5 g, davon Zucker 16,4 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,13 g / BE 1,4</p>	<p><b>Pudding Karamell</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 g, davon ges. Fettsäuren 4,0 g / KH 17 g, davon Zucker 13 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,23 g / BE 1,4</p>		

**DE-ÖKO-003**

Nährwertangaben pro 100g

**KW 24** Dienstag **08.06.2026** bis **12.06.2026** Donnerstag  
**Dienstag** **Mittwoch** **Donnerstag**



















Vollkost	Vollkost	Vollkost	Vegetarisch
<b>Geflügel-Currywurst mit Pommes</b> Senf  8 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	<b>Rindergulasch mit Möhren und Dreilindeln</b> Gluten (Weizen), Senf  kJ 550 / kcal 132 / Fett 3,9g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 18,5g, davon Zucker 2g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,75g / BE 1,5	<b>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</b> Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)  kJ 457 / kcal 108 / Fett 3,7g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 11,9g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,49g / BE 1	<b>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Weizenbrötchen</b> Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose) 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
<b>Salat</b>			
<b>Gemüsesticks</b> 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	<b>Bunter Salat mit Balsamicodressing</b> Senf, Sulfit 3 kJ 127 / kcal 30 / Fett 1,7g, davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 2,4g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,24g / BE 0,2	<b>Eisbergsalat mit Zitronenvinaigrette</b> 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	<b>Paprikasticks</b> 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
<b>Dessert</b>			
<b>Buttermilchdessert Mango</b> Milch (Lactose) 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	<b>Obstkorb</b> 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	<b>Milchpudding Vanille</b> Milch (Lactose) kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1 g / KH 13 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1	<b>Fruchtjoghurt Erdbeere</b> Milch (Lactose) 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

**DE-ÖKO-003**

**KW 25**  
**Dienstag**

**15.06.2026** bis  
**Mittwoch**

**19.06.2026**  
**Donnerstag**



Vollkost	Vollkost	Vollkost	Vollkost
<p><b>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>  </p> <p>kJ 469 / kcal 112 / Fett 1,6g, davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 18,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,93g / BE 1,5</p>	<p><b>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Drellinudeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>  </p> <p>3,8</p> <p>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</p>	<p><b>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln</b></p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>  </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>Mildes Lachscurry mit Paprika, Kokosmilch, dazu Brokkoli und Schmetterlingnudeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Sojabohnen</p> <p>  </p> <p>3</p> <p>kJ 544 / kcal 127 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 1g / KH 18,7g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 6g / Salz 0,56g / BE 1,6</p>
<b>Salat</b>			
<p><b>Gemischter Salat mit Kräuterdressing</b></p> <p>Senf, Sulfit</p> <p>  </p> <p>kJ 318 / kcal 76 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g, KH 9,0 g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 2,1 g / Salz 0,84 g / BE 0,75</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>Gemischter Salat mit Joghurdressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>  </p> <p>3</p> <p>kJ 144 / kcal 34 / Fett 2,6g, davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 1,9g, davon Zucker 2g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,26g / 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>
<b>Dessert</b>			
<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 Schokolade</b></p> <p>Milch (Laktose)</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>	<p><b>Heidelbeerjoghurt</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kJ 409 / kcal 97 / Fett 3,1g, davon ges. Fettsäuren 2,1g / KH 12,9g, davon Zucker 12,1g / Eiweiß 3,9g / Salz 0,12g / BE 1,1</p>	<p><b>Milchpudding Butterkeks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</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>

**DE-ÖKO-003**

**KW 26**  
**Dienstag**

**22.06.2026**  
**Mittwoch**

**26.06.2026**  
**Donnerstag**

Vegetarisch	Vollkost	Vegetarisch	Vollkost
<p><b>Lauch-Käse-Suppe mit Hackfleisch-Alternative aus Sonnenblumenkernen, dazu Weizenbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p><sup>1</sup>                      kJ 562 / kcal 134 / Fett 6,3g, davon ges. Fettsäuren 3,3g / KH 14,8g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,2g / Salz 1,27g / BE 1,2</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><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 0,57g / BE 1,9</p>	<p><b>Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam</p> <p>                      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</p>
<b>Salat</b>			
<p><b>Gemischter Salat mit Joghurdressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p><sup>3</sup>                      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>Gemüsesticks</b></p>	<p><b>Bunter Salat mit Italian-Dressing</b></p> <p>Sulfit/Schwefeldioxid</p> <p><sup>3</sup>                      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><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>
<b>Dessert</b>			
<p><b>Fruchtjoghurt Erdbeere</b></p> <p>Milch (Laktose)</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>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><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>Buttermilchdessert Mango</b></p> <p>Milch</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>

**DE-ÖKO-003**