


Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch	Vollkost	Vegetarisch	Vollkost
<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>kJ 591 / kcal 142 / Fett 7,9g, davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 12,8g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,79g / BE 1,1</p>	<p>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</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>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Sulfit</p> <p>3</p> <p>kJ 599 / kcal 142 / Fett 7,7g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 16g, davon Zucker 5,0g / Eiweiß 1,8g / Salz 0,61g / BE 1,3</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis</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>
Salat			
<p>Gemischter Salat mit Joghurdressing</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>Gemischter Salat mit Joghurdressing</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>Gemischter Salat mit Joghurdressing</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>Gemischter Salat mit Joghurdressing</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>
Dessert			
<p>variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth</p>	<p>variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth</p>	<p>variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth</p>	<p>variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth</p>

DE-ÖKO-003



SPEISEKARTE

KW 34 **17.08.2026** bis **21.08.2026**
Dienstag **Mittwoch** **Donnerstag**

Montag

Vegetarisch	Vollkost	Vegetarisch	Vollkost
Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurt dressing Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie 3 kJ 514 / kcal 122 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 17,8g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,69g / BE 1,5	Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose)  kJ 450 / kcal 107 / Fett 2,3g, davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 16g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 5,3g / Salz 0,82g / BE 1,3	Mac and Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsensbasis), dazu Möhrensticks Gluten (Weizen), Sojabohnen 1 kJ 510 / kcal 122 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 2,2g / KH 17,8g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,75g / BE 1,5	Drelloninudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks Gluten (Weizen), Eier 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
Salat			
Gemischter Salat mit Joghurt dressing Milch (Lactose) 3 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	Gemischter Salat mit Joghurt dressing Milch (Lactose) 3 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	Gemischter Salat mit Joghurt dressing Milch (Lactose) 3 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	Gemischter Salat mit Joghurt dressing Milch (Lactose) 3 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
Dessert			
variiert: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	variiert: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	variiert: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	variiert: z.B. Obst, Pudding, Yogurth

DE-ÖKO-003

Nährwertangaben pro 100g