

SPEISEKARTE



KW 39
 Dienstag 21.09.2026 bis
 Donnerstag 25.09.2026

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch	Vollkost	Vollkost	Vegetarisch	Vollkost
Pizza Margherita mit Tomaten Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie kJ 747 / kcal 177 / Fett 4,2g, davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 24,1g, davon Zucker 4,6g / Eiweiß 9,4g / Salz 0,89g / BE 2	Hähnchen-Dönerteller mit Sour-Cream und Pommes Milch (Lactose) 3 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	Milchreis mit Apfelragout, vorweg Nudelsuppe mit Erbsen und Pastinaken Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 3, 11 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	Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf 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	
Salat				
Gemüsesnack 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	Blattsalat mit Zitronenvinaigrette 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	Gurkensnack 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	Gemischter Salat mit Joghurdressing 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	variiert: z.B. Obst, Pudding, Yogurth
DE-ÖKO-003				

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE



KW 40 **28.09.2026** bis **02.10.2026**
Dienstag **Mittwoch** **Donnerstag**

Montag

Vollkost	Vollkost	Vollkost	Vollkost	Vegetarisch
Geflügel-Currywurst mit Pommes  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	Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln  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	Rindergulasch mit Möhren und Spirelli  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	Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelfrahmsuppe 3, 11 Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie 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	
Salat				
Bunter Salat mit Balsamicodressing Senf, Sulfid 3 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	Eisbergsalat mit Zitronenvinaigrette	Paprikasnack	Gemischter Salat mit Joghurtdressing Milch (Lactose) 3 kJ 133 / kcal 31 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 2,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,26g / BE 0,2	
Dessert				
variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	variierend: z.B. Obst, Pudding, Yogurth	
DE-ÖKO-003				

Nährwertangaben pro 100g