

# Speisekarte



**KW 15**  
Montag

**08.04.2024**  
Dienstag

bis

**12.04.2024**  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p><b>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 488 / kcal 117 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 19,9 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,97 g / BE 1,7</p>	<p><b>Bio-Karotten-Paprika-Gulasch mit Bio-Brokkoli und Bio-Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Sellerie</p>  <p>kj 391 / kcal 93 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 16,1 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,3</p>	<p><b>Vegetarisches Käseschnitzel mit veganer Bratensoße, dazu Erbsen-Spargel-Karotten-Gemüse und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p>1,2</p> <p>kj 400 / kcal 95 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g KH 12,0 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,7 g / BE 1,0</p>	<p><b>Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p>kj 606 / kcal 145 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g KH 19,4 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 7,6 g / Salz 0,96 g / BE 1,6</p>	<p>keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p><b>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 488 / kcal 117 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 19,9 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,97 g / BE 1,7</p>	<p><b>Bio-Hackfleischragout vom Rind mit Bio-Brokkoli und Bio-Spätzle</b></p>  <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p>  <p>kj 585 / kcal 140 / Fett 4,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g KH 17,9 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 6,4 g / Salz 0,91 g / BE 1,5</p>	<p><b>Putensteak mit Geflügeljus, dazu Erbsen-Spargel-Karotten-Gemüse und Salzkartoffeln</b></p>  <p>kj 349 / kcal 83 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 7,0 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 7,0 g / Salz 0,34 g / BE 0,6</p>	<p><b>Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p>kj 606 / kcal 145 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g KH 19,4 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 7,6 g / Salz 0,96 g / BE 1,6</p>	<p>keine Verpflegung</p>
<b>DE-ÖKO-003</b>				

# Speisekarte



KW 16  
Montag

15.04.2024  
Dienstag bis

19.04.2024  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p><b>Makkaroni mit Karotten-Zucchinirahmsauce und Bio-Erbsen</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 391 / kcal 93 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 16,1 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,3</p>	<p><b>*Aktion*</b></p> <p><b>Vegane Hackbällchen auf Weizenproteinbasis mit Tomaten-Karotten-Paprika-Sauce und Spaghetti</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Senf</p> <p>kj 705 / kcal 168 / Fett 5,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 24,0g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,0</p>	<p><b>Bio-Paprika-Karotten-ZucchiniGulasch, dazu Bio-Körnerbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer),</p> <p> kj 337 / kcal 81 / Fett 1,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g KH 13,4 g, davon Zucker 4,1 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 1,30 g / BE 1,1</p>	<p><b>Vegetarisches Tomaten-Kidneybohnen-Mais-Chili mit Sour Cream und Bio-Vollkornreis</b></p> <p>Sojabohnen, Milch (Laktose)</p> <p>kj 502 / kcal 120 / Fett 7,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 7,0 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 6,3 / Salz 1,45 g / BE 0,6</p>	<p>keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p><b>Makkaroni mit Lachswürfeln in Tomatencremesoße und Bio-Erbsen</b></p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kj 585 / kcal 140 / Fett 4,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g KH 17,9 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 6,4 g / Salz 0,91 g / BE 1,5</p>	<p><b>*Aktion*</b></p> <p><b>Vegane Hackbällchen auf Weizenproteinbasis mit Tomaten-Karotten-Paprika-Sauce und Spaghetti</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Senf</p> <p>kj 705 / kcal 168 / Fett 5,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 24,0g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,0</p>	<p><b>Milde Bio-Ungarische Gulaschsuppe mit Hähnchen, dazu Bio-Körnerbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer)</p> <p> kj 360 / kcal 86 / Fett 1,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 13,9 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 0,90 g / BE 1,2</p>	<p><b>Vegetarisches Tomaten-Kidneybohnen-Mais-Chili mit Sour Cream und Bio-Vollkornreis</b></p> <p>Sojabohnen, Milch (Laktose)</p> <p>kj 502 / kcal 120 / Fett 7,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 7,0 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 6,3 / Salz 1,45 g / BE 0,6</p>	<p>keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

# Speisekarte



KW 17  
Montag




22.04.2024  
Dienstag

bis

26.04.2024  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p><b>*Aktion*</b> <b>Canneloni mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Basilikumrahmsauce und Reibekäse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 512 / kcal 122 / Fett 5,9 g, davon ges. Fettsäuren 3,6 g KH 12,0 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 1,25 g / BE 1,0</p>	<p><b>Grünes vegetarisches Curry mit Couscous</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Schalenfrüchte (Mandeln), Sellerie</p> <p>3</p> <p>kj 671/ kcal 160 / Fett 6,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g KH 17,0 g, davon Zucker 4,1 g / Eiweiß 7,4 g / Salz 1,26 g / BE 1,4</p>	<p><b>*Aktion*</b> <b>Mohnnudeln mit Vanillesauce, vorab Tomatencremesuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Laktose), Schalenfrüchte (Mandeln)</p> <p>kj 485 / kcal 116 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 17,2 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,76 g / BE 1,4</p>	<p><b>*Aktion*</b> <b>Bio-Penne mit Bio-Brokkoli und Bio-Käserahmsauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kj 489 / kcal 117 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 21,3 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 2,33 g / BE 1,8</p>	<p>keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p><b>*Aktion*</b> <b>Canneloni mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Basilikumrahmsauce und Reibekäse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 512 / kcal 122 / Fett 5,9 g, davon ges. Fettsäuren 3,6 g KH 12,0 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 1,25 g / BE 1,0</p>	<p><b>Rindfleisch-Blumenkohl-Curry mit Kichererbsen, dazu Couscous</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Laktose), Schalenfrüchte (Mandeln), Senf</p> <p>3 </p> <p>kj 618 / kcal 148 / Fett 5,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 16,8 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 7,0 g / Salz 0,86 g / BE 1,4</p>	<p><b>*Aktion*</b> <b>Mohnnudeln mit Vanillesauce, vorab Tomatencremesuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Laktose), Schalenfrüchte (Mandeln)</p> <p>kj 485 / kcal 116 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g KH 17,2 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,76 g / BE 1,4</p>	<p><b>*Aktion*</b> <b>Bio-Penne mit Bio-Brokkoli und Bio-Käserahmsauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kj 489 / kcal 117 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 21,3 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 2,33 g / BE 1,8</p>	<p>keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

# Speisekarte



KW 18  
Montag

29.04.2024  
Dienstag bis

03.05.2024  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p><b>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</b></p> <p>Eier, Gluten (Weizen), Schwefeldioxid/Sulfit</p> <p>3,5</p> <p><small>kj 537 / kcal 128 / Fett 7,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 13,4 g, davon Zucker 4,6 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,64 g / BE 1,1</small></p>	<p><b>Vegetarische Bratwurst Erbsenbasis mit veganer Bratensauce, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf</p> <p>3</p> <p><small>kj 391 / kcal 93 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 10,0 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 2,24 g / BE 0,8</small></p>	<p><b>Feiertag</b></p>	<p><b>Gnocchi mit Tomatensauce und Reibekäse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p><small>kj 283 / kcal 68 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,3 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 1,24 g / BE 0,8</small></p>	<p><b>keine Verpflegung</b></p>
Vollkost				
<p><b>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</b></p> <p>Eier, Gluten (Weizen), Schwefeldioxid/Sulfit</p> <p>3,5</p> <p><small>kj 537 / kcal 128 / Fett 7,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 13,4 g, davon Zucker 4,6 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,64 g / BE 1,1</small></p>	<p><b>Geflügelbratwurst mit Geflügeljus, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln</b></p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p>8 </p> <p><small>kj 448 / kcal 107 / Fett 6,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g KH 8,1 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,21 g / BE 0,7</small></p>	<p><b>Feiertag</b></p>	<p><b>Gnocchi mit Tomatensauce und Reibekäse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p><small>kj 283 / kcal 68 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,3 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 1,24 g / BE 0,8</small></p>	<p><b>keine Verpflegung</b></p>
<b>DE-ÖKO-003</b>				

# Speisekarte



KW 19  
Montag

06.05.2024  
Dienstag bis

10.05.2024  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p><b>Überbackene Cannelloni mit Ratatouillefüllung und Tomatensauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Laktose)</p> <p><small>kJ 553 / kcal 132 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 19,4 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 5,8 g / Salz 1,56 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Kohlrabi-Karotten-Steckrüben-Gemüse in Rahm</b></p> <p>Milch (Laktose)</p> <p><small>kJ 512/ kcal 122 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 19,2 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Pancakes mit Kirschragout, vorweg Karottencremesuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 713 / kcal 170 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 24,2 g, davon Zucker 12,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,93 g / BE 2,0</small></p>	<p>Feiertag</p>	<p>keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p><b>Überbackene Rindfleisch-Cannelloni mit Tomatensauce</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Laktose), Sellerie</p> <p><small>kJ 553 / kcal 132 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 19,4 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 5,8 g / Salz 1,56 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Kohlrabi-Karotten-Steckrüben-Gemüse in Rahm</b></p> <p>Milch (Laktose)</p> <p><small>kJ 512/ kcal 122 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g KH 19,2 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Pancakes mit Kirschragout, vorweg Karottencremesuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 713 / kcal 170 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 24,2 g, davon Zucker 12,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,93 g / BE 2,0</small></p>	<p>Feiertag</p>	<p>keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

# Speisekarte







KW 20  
Montag

13.05.2024  
Dienstag bis

17.05.2024  
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p><b>Grießbrei mit grüner Pfirsich-Kiwi-Grütze, vorweg Kartoffelrahmsuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 356 / kcal 85 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g KH 9,4 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,52 g / BE 0,8</p>	<p><b>Falafel-Bällchen mit Champignonrahm, dazu Blumenkohl-Brokkoli-Kohlrabi-Gemüse und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 834 / kcal 199 / Fett 7,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g KH 27,7 g, davon Zucker 3,6 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,78 g / BE 2,3</p>	<p><b>Bio-Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln</b></p> <p>Eier, Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p> kj 407 / kcal 97 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,4 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,44 g / BE 0,8</p>	<p><b>Gemüse-Burger im Brötchen mit Ofen-Pommes, Salat, Tomaten und Ketchup</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Eier, Sojabohnen, Sesam, Sellerie</p> <p>12</p> <p>kj 834 / kcal 199 / Fett 7,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g KH 27,7 g, davon Zucker 3,6 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,78 g / BE 2,3</p>	<p>keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p><b>Grießbrei mit grüner Pfirsich-Kiwi-Grütze, vorweg Kartoffelrahmsuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 356 / kcal 85 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g KH 9,4 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,52 g / BE 0,8</p>	<p><b>Köttbular in Rahm vom Geflügel mit Blumenkohl-Brokkoli-Kohlrabi-Gemüse und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>kj 850 / kcal 203 / Fett 8,6 g, davon ges. Fettsäuren 3,0 g KH 23,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 7,8 g / Salz 0,79 g / BE 2,0</p>	<p><b>Bio-Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Bio-Salzkartoffeln</b></p> <p>Eier, Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p> kj 407 / kcal 97 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 9,4 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,44 g / BE 0,8</p>	<p><b>Rindfleischburger im Brötchen mit Ofen-Pommes, Salat, Tomaten und Ketchup</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf, Sesam</p> <p>12 </p> <p>kj 850 / kcal 203 / Fett 8,6 g, davon ges. Fettsäuren 3,0 g KH 23,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 7,8 g / Salz 0,79 g / BE 2,0</p>	<p>keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				