

SPEISEKARTE



Montag

KW 11
Dienstag

09.03.2026 bis
Mittwoch

13.03.2026
Donnerstag

Freitag

Vollkost

<p>Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p>	<p>Putenschnitzel-Burger mit Ketchup, dazu Ofen-Pommes</p> <p>Senf, Eier, Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie</p>	<p>Haferflocken-Gemüse-Rösti mit Rahmgemüse und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> 	<p>Lachswürfel in Sahnesauce mit Brokkoli und Vollkornreis</p> <p>DGE-Empfehlung: Birne</p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fische, Milch (Lactose)</p> 	<p>Keine Verpflegung</p>
<p>kJ 619 / kcal 148 / Fett 6,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 17,2 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 2,00 g / BE 1,4</p>	<p>kJ 619 / kcal 149 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 24,6 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 4,0 g / Salz 0,6 g / BE 2,1</p>	<p>kJ 595 / kcal 142 / Fett 6,5g, davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 15,6g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 4,2g / Salz 1,16g / BE 1,3</p>	<p>kJ 412 / kcal 98 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13,5 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 1,31 g / BE 1,1</p>	
<p>DE-ÖKO-003</p>				

SPEISEKARTE



Montag

KW 12
Dienstag

16.03.2026 bis
Mittwoch

20.03.2026
Donnerstag

Freitag

Menü

<p>Linseneintopf mit Weizenbrötchen DGE-Empfehlung: Gurkensticks</p> <p>Sellerie, Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p>  <p>kJ 516 / kcal 123 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 18g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,9g / Salz 1,34g / BE 1,5</p>	<p>Rindergulasch mit Rotkohl und Vollkornspirelli DGE-Empfehlung: Milchpudding Schokolade</p> <p>Gluten (Weizen), Senf; Dessert: Milch (Lactose)</p> <p>kJ 569 / kcal 136 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 18,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,72 g / BE 1,57</p>	<p>Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>8 </p> <p>kJ 686 / kcal 164 / Fett 9,8 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 11,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 7,0 g / Salz 1,58 g / BE 0,99</p>	<p>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln DGE-Empfehlung: Grießbrei</p> <p>Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p>  <p>kJ 390 / kcal 93 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 10,0 g, davon Zucker 0,7g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,46 g / BE 0,83</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
<p>DE-ÖKO-003</p>				

SPEISEKARTE



Montag

KW 13
Dienstag

23.03.2026 bis
Mittwoch

27.03.2026
Donnerstag

Freitag

Menü				
<p>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 771 / kcal 184 / Fett 10,7 g, davon ges. Fettsäuren 5,4 g / KH 16,2 g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,36 g / BE 1,4</p>	<p>Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln</p> <p>DGE-Empfehlung: Birne</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 320 / kcal 77 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 7,0 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,56 g / BE 0,58</p>	<p>Paniertes Putenschnitzel mit brauner Sauce, dazu Brokkoli und Spätzle</p> <p>DGE-Empfehlung: Buttermilchdessert Mango</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Senf; Dessert: Milch (Lactose)</p> <p>kJ 524 / kcal 125 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 15,7 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 7,4 g / Salz 0,7 g / BE 1,3</p> 	<p>Pizza Geflügelsalami mit Paprika</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>3, 8</p>  <p>kJ 791 / kcal 189 / Fett 5,6g, davon ges. Fettsäuren 2,4g / KH 24,2g, davon Zucker 3g / Eiweiß 10,1g / Salz 1,4g / BE 2</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
<p>DE-ÖKO-003</p>				

SPEISEKARTE



Montag

KW 14
Dienstag

30.03.2026
Mittwoch

bis

03.04.2026
Donnerstag

Freitag

Menü				
Osterferien	Osterferien	Osterferien	Osterferien	Keine Verpflegung
DE-ÖKO-003				