

Montag

KW 50
Dienstag

08.12.2025 bis
Mittwoch

12.12.2025
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Rahmwirsing, dazu Salzkartoffeln Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose) 	Erbseneintopf mit Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose) 	Falafelbällchen mit Langkornreis und Sour Cream Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Frikassee auf Erbsenbasis mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose)	Bio-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier
kj 416 / kcal 99 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 12,2g, davon Zucker 1g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,75g / BE 1	kj 501 / kcal 119 / Fett 4,9g , davon ges. Fettsäuren 2,8g / KH 14,8g, davon Zucker 2g / Eiweiß 3,9g / Salz 1,04g / BE 1,2	kj 685 / kcal 163 / Fett 6g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 21,4g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,3g / Salz 1,08g / BE 1,8	kj 470 / kcal 112 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 16,2 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 2,07 g / BE 1,35	kj 824 / kcal 197 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 29,1 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 8,2 g / Salz 0,36 g / BE 2,42
Vollkost				
Paniertes Seelachsfilet mit Rahmwirsing, dazu Salzkartoffeln Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 	Erbseneintopf mit Körnerbrötchen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose) 	Putengyrospfanne mit Langkornreis und Sour Cream Milch (Lactose) 	Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose) 	Bio-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier
kj 376 / kcal 90 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 7,1 g, davon Zucker 4,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,47 g / BE 0,6	kj 501 / kcal 119 / Fett 4,9g , davon ges. Fettsäuren 2,8g / KH 14,8g, davon Zucker 2g / Eiweiß 3,9g / Salz 1,04g / BE 1,2	kj 582 / kcal 138 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 14g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 7,4g / Salz 0,86g / BE 1,2	kj 481 / kcal 115 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 16,0 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,92 g / BE 1,33	kj 824 / kcal 197 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 29,1 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 8,2 g / Salz 0,36 g / BE 2,42
Gluten-, Lactosefrei				
Schmorgemüse Mediterrane Art, mit Kräuter-Maisgrieß Sojabohnen	Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis	Nudeln a la Napoli	Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis Sojabohnen	Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln
kj 298 / kcal 71 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 7,3 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 1,24 g / BE 0,61	kj 349 / kcal 83 / Fett 2,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,0 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,94 g / BE 1,17	kj 573 / kcal 137 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 26,9 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,13 g / BE 2,24	kj 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,49	kj 230 / kcal 55 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 4,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,42 g / BE 0,40
DE-ÖKO-003				