

Montag

KW 51
Dienstag

15.12.2025 bis
Mittwoch

19.12.2025
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Vollkornreis mit Bio-Mais-Feta-Sauce Gluten (Weizen), Milch (Lactose)  kJ 533 / kcal 127 / Fett 3,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 21,0 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 2,21 g / BE 1,8	Spaghetti mit Gemüsebolognese (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Sellerie  kJ 542 / kcal 129 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 19,6 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,25 g / BE 1,6	Köttbullar aus Weizenprotein in Rahm mit bunten Gemüse und Langkornreis Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf  kJ 583 / kcal 139 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 17,3 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 2,13 g / BE 1,4	Milchreis mit Apfelmus, vorweg Nudelsuppe Milch (Lactose), Gluten (Weizen) 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	Kartoffeln-Blumenkohl-Karotteneintopf mit Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)  kJ 391 / kcal 93 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 15g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 3g / Salz 1,1g / BE 1,2
Vollkost				
Lachswürfel in Tomatencremesauce mit Vollkornreis Gluten (Weizen), Krebstiere, Fische, Milch (Lactose)  kJ 598 / kcal 143 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 18,6 g, davon Zucker 0,5 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 2,24 g / BE 1,6	Spaghetti mit Rinderbolognese (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Sellerie  kJ 506 / kcal 121 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 20,7 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 0,86 g / BE 1,7	Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit bunten Gemüse und Langkornreis Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf  kJ 619 / kcal 148 / Fett 6,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 17,5 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 4,6 g / BE 1,5	Milchreis mit Apfelmus, vorweg Nudelsuppe Milch (Lactose), Gluten (Weizen) 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	Kartoffeln-Blumenkohl-Karotteneintopf mit Weizenbrötchen Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)  kJ 391 / kcal 93 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 15g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 3g / Salz 1,1g / BE 1,2
Gluten-, Lactosefrei				
Süßkartoffel Tikka Masala Sojabohnen  kJ 499 / kcal 119 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 13,4 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,1	Vegetarischer Linseneintopf Sellerie  kJ 227 / kcal 54 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 9,8 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,05 g / BE 0,8	Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis Sojabohnen, Sellerie, Senf  kJ 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,44	Maisgrießbrei mit Kirschragout Sojabohnen  kJ 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3	Nudeln Bolognese Sojabohnen  kJ 635 / kcal 152 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2
DE-ÖKO-003				