

SPEISEKARTE



KW 8
Dienstag

16.02.2026
Mittwoch

20.02.2026
Donnerstag

Freitag

Montag

bis

Vegetarisch				
Bio-Gemüse-Gulasch mit Bio-Rotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen)	Bratwurst auf Erbsenbasis mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier	Ravioli mit Käse-Basilikum-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 	Eieromelette mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Eier, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Blattsalat und Joghurtdressing Milch (Lactose), Sellerie 1, 3
kJ 574 / kcal 137 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 19,6 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,47	kJ 656 / kcal 157 / Fett 8,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 5,8 g / Salz 0,57 g / BE 1,20	kj 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	kj 374 / kcal 89 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 9,0 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,46 g / BE 0,75	kj 337 / kcal 80 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 7,7 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,97 g / BE 0,64
Vollkost				
Rindergulasch mit Rotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen), Senf 	Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree Milch (Lactose) 8 	Ravioli mit Käse-Basilikum-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose) 	Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose) 	Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Blattsalat und Joghurtdressing Milch (Lactose), Sellerie 1, 3
kj 569 / kcal 136 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 18,9 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,72 g / BE 1,57	kj 686 / kcal 164 / Fett 9,8 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 11,9 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 7,0 g / Salz 1,58 g / BE 0,99	kj 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	kj 455 / kcal 109 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 12,5 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,37 g / BE 1,04	kj 337 / kcal 80 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 7,7 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,97 g / BE 0,64
Gluten-, Lactosefrei				
Rinderbraten in brauner Sauce, dazu Apfelspargel und Salzkartoffeln kJ 366 / kcal 88 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g, KH 9,0 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,93 g / BE 0,75	Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi Senf	Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Eier, Sojabohnen	Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis Sojabohnen	Bunter Gemüseeintopf kJ 185 / kcal 44 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g, KH 5,8 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 1,03 g / BE 0,49
DE-ÖKO-003				

Nährwerte pro 100 g