

# SPEISEKARTE



**KW 20**  
Dienstag

**11.05.2026** bis  
Mittwoch

**15.05.2026**  
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch				
<p><b>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Körnerbrötchen</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 485 / kcal 115 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 19,4g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,71g / BE 1,6</p>	<p><b>Couscousbratling mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 433 / kcal 103 / Fett 4,1 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 13,7 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 2,4 g / Salz 0,71 g / BE 1,1</p>	<p><b>Nuggets auf Milchbasis mit Brokkoli und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 435 / kcal 104 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 12,3g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 6,2g / Salz 0,87g / BE 1</p>	<p><b>Feiertag</b></p>	<p><b>Currywurst auf Erbsenbasis mit Pommes</b></p> <p>Senf</p> <p>3</p> <p>kj 439 / kcal 105 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 14,6g, davon Zucker 3,5g / Eiweiß 4,6g / Salz 1,55g / BE 1,2</p>
Vollkost				
<p><b>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Körnerbrötchen</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 485 / kcal 115 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 19,4g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,71g / BE 1,6</p>	<p><b>Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p>  <p>kj 455 / kcal 108 / Fett 3,5g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 12,4g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,79g / BE 1</p>	<p><b>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8 </p> <p>kj 394 / kcal 94 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 11,6g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5,7g / Salz 0,81g / BE 1</p>	<p><b>Feiertag</b></p>	<p><b>Geflügel-Currywurst mit Pommes</b></p> <p>Senf</p> <p>8 </p> <p>kj 491 / kcal 118 / Fett 4,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 13,3g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 0,63g / BE 1,1</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce</b></p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p>kj 475 / kcal 113 / Fett 3,8g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 15,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 3,4g / Salz 1,11g / BE 1,3</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 713 / kcal 170 / Fett 2,7 g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 28 g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 7,8g / Salz 0,5g / BE 2,3</p>	<p><b>Bunter Gemüseeintopf</b></p> <p>kj 190 / kcal 45 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 5,8g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 1g / Salz 1,03g / BE 0,5</p>	<p><b>Rindergulasch mit Gnocchi</b></p> <p>Eier, Senf</p> <p>kj 514 / kcal 123 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 14,3 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,28 g / BE 1,2</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi</b></p> <p>Senf</p> <p>1</p> <p>kj 547 / kcal 131 / Fett 5g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 14,4g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5g / Salz 1,09g / BE 1,2</p>

DE-ÖKO-003