

# Speiseplan

für die 7. Kalenderwoche

**Mo 09.02.2026**

**Kartoffeltasche gefüllt mit Frischkäse, (M,10,Gl,Wz)**  
dazu Tomatensoße & Couscous Salat mit Paprika & Tomate

**Di 10.02.2026**

**Brokkoli-Erbsen-Gemüse (M,Sel,10)**  
mit heller Soße mit Milch (1,5%), dazu Parboiled Reis

**Mi 11.02.2026**

**Blumenkohl Bolognese (Sel,10,Gl,Wz)**  
mit fruchtiger Tomatensoße, dazu BIO Nudeln

**Do 12.02.2026**

**BIO Spirelli mit Spinat (Ei,Gl,So,Wz,M,Sel,10)**  
in heller Soße mit Milch

**Fr 13.02.2026**

**Gemüse-Köttbullar (u.a. Erbsen, Mais & Paprika) (Ei,10,Gl,So,Wz)**  
mit stückiger Tomatensoße & BIO-Vollkornnußnudeln

**Kids Extra**

Energie: 537,67kcal Fett: 2257,8kJ davon gesättigte Fettsäure: 18,07g Kohlenhydrate: 2,63g Eiweiss: 74,6g Broteinheiten: 11,42g OBE:	Energie: 503,65kcal Fett: 1284,14kJ davon gesättigte Fettsäure: 2,8g Kohlenhydrate: 1,33g Eiweiss: 53,86g Broteinheiten: 0BE	Energie: 562,89kcal Fett: 2387,22kJ davon gesättigte Fettsäure: 2,95g Kohlenhydrate: 0,78g Eiweiss: 112,54g Broteinheiten: 0BE	Energie: 568,69kcal Fett: 2410,09kJ davon gesättigte Fettsäure: 3,06g Kohlenhydrate: 0,8g Eiweiss: 111,13g Broteinheiten: 20,83g OBE:	Energie: 491,93kcal Fett: 2076,46kJ davon gesättigte Fettsäure: 5,48g Kohlenhydrate: 0,65g Eiweiss: 21,42g Broteinheiten: 5,71g OBE:
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Käselauch Suppe mit Rinderhackfleisch & Brot (M,11,8,10,Gl,Ro,Wz)**

**Milchreis mit Schokoladensoße (M)**

**Kartoffelgratin mit buntem Rahmgemüse (Ei,M,Sel)**

**Grüner Erbseneintopf mit Kartoffeln, Sellerei, Karotten & Brot (Sel,Gl,Ro,Wz)**

**Ravioli mit Tomatenfüllung (Gl,Wz,10,M,Sel,11,8)**  
in Kräuter-Käsesoße

**Menü 1**

Energie: 387,98kcal Fett: 1631,92kJ davon gesättigte Fettsäure: 17,26g Kohlenhydrate: 8,51g Eiweiss: 26,01g Broteinheiten: 17,76g OBE:	Energie: 444,67kcal Fett: 1880,75kJ davon gesättigte Fettsäure: 0g Kohlenhydrate: 0g Eiweiss: 0g Broteinheiten: 0BE	Energie: 365,6kcal Fett: 1530,11kJ davon gesättigte Fettsäure: 1,07g Kohlenhydrate: 0,57g Eiweiss: 6,01g Broteinheiten: 1,62g OBE:	Energie: 359,94kcal Fett: 1523,65kJ davon gesättigte Fettsäure: 1,84g Kohlenhydrate: 0,55g Eiweiss: 54,21g Broteinheiten: 19,18g OBE:	Energie: 731,65kcal Fett: 3094,6kJ davon gesättigte Fettsäure: 7,01g Kohlenhydrate: 2,45g Eiweiss: 124,43g Broteinheiten: 18,1g OBE:
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Gemüsefrikadelle vegetarisch (Ei,Gl,Wz,M,Sel,8,10)**  
mit heller Soße & Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln

**Geflügelbällchen in dunkler Soße (Ei,Gl,M,Sen,Wz,10,Sel)**  
Salzkartoffeln

**Hähnchenstreifen gebraten, dazu Reis (So,M,Sel,10) & Mais-Bohnen-Gemüse in heller Soße**

**Hähnchenschnitzel mit dunkler Soße, (Ei,Gl,Wz,Sel,10,Sulfit,4,6)**  
dazu Gurkensalat & Salzkartoffeln

**BIO-Vollkornnußnudeln mit Lachswürfel (Salmon Salar, praktisch Grätenfrei) (Ei,Gl,So,Wz,F,10)**  
in Tomatensoße

**Menü 2**

Energie: 356,99kcal Fett: 1495kJ davon gesättigte Fettsäure: 5,2g Kohlenhydrate: 14,43g Eiweiss: 16,69g Broteinheiten: 3,91g OBE:	Energie: 447,76kcal Fett: 1869,46kJ davon gesättigte Fettsäure: 18,72g Kohlenhydrate: 6,13g Eiweiss: 20,52g Broteinheiten: 15,13g OBE:	Energie: 402,12kcal Fett: 1705,07kJ davon gesättigte Fettsäure: 18,24g Kohlenhydrate: 1,84g Eiweiss: 57,96g Broteinheiten: 26,98g OBE:	Energie: 448,09kcal Fett: 1872,71kJ davon gesättigte Fettsäure: 9,3g Kohlenhydrate: 1,66g Eiweiss: 24,96g Broteinheiten: 12,79g OBE:	Energie: 739,65kcal Fett: 3121,07kJ davon gesättigte Fettsäure: 11,73g Kohlenhydrate: 2,48g Eiweiss: 5,83g Broteinheiten: 17,53g OBE:
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	Birne	Apfelmus (6)	Joghurtdrink Kirsche (M)	Fruchtjoghurt Banane (M,8)	saisonales Obst
Dessert					
Energie:	80.08kcal 335.72kJ	Energie: 45.9kcal 195.3kJ	Energie: 56.89kcal 242.66kJ	Energie: 59.7kcal 254.8kJ	Energie: 0kcal 0kJ
Fett:	0g	Fett: 0g	Fett: 0.07g	Fett: 0.02g	Fett: 0g
davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure: 0g	davon gesättigte Fettsäure: 0.01g	davon gesättigte Fettsäure: 0.01g	davon gesättigte Fettsäure: 0g
Kohlenhydrate:	0.02g	Kohlenhydrate: 0g	Kohlenhydrate: 8.73g	Kohlenhydrate: 8.7g	Kohlenhydrate: 0g
Eiweiß:	0g	Eiweiß: 0g	Eiweiß: 0.07g	Eiweiß: 0.03g	Eiweiß: 0g
Broteinheiten:	0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE

10 - mit Jodsalz, 11 - mit Konservierungsstoff, 4 - geschwefelt, 6 - mit Antioxidationsmittel, 8 - mit Farbstoff, Ei - enth. Ei, F - enth. Fisch,, Gl - enth. Gluten, M - enth. Milch einschl. Laktose, Ro - enth. Roggen, Sel - enth. Sellerie, Sen - enth. Senf , So - enth. Soja (gen-tech-frei) , Sulfit - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Wz - enth. Weizen