

# Speiseplan

für die 7. Kalenderwoche

Kids Extra

Menü 1

Menü 2

Mo 09.02.2026	Di 10.02.2026	Mi 11.02.2026	Do 12.02.2026	Fr 13.02.2026
<b>Kartoffeltasche gefüllt mit Frischkäse, (M,10,Gl,Wz)</b> dazu Tomatensoße & Couscous Salat mit Paprika & Tomate	<b>Brokkoli-Erbesen-Gemüse (M,Sel,10)</b> mit heller Soße mit Milch (1,5%), dazu Parboiled Reis	<b>Blumenkohl Bolognese (Sel,10,Gl,Wz)</b> mit fruchtiger Tomatensoße, dazu BIO Nudeln	<b>BIO Spirelli mit Spinat (Ei,Gl,So,Wz,M,Sel,10)</b> in heller Soße mit Milch	<b>Gemüse-Köttbullar (u.a. Erbsen, Mais &amp; Paprika) (Ei,10,Gl,So,Wz)</b> mit stückiger Tomatensoße & BIO-Vollkornnudeln
Energie: 537,67kcal 2257,8kJ Fett: 18,07g davon gesättigte Fettsäure: 2,63g Kohlenhydrate: 74,6g Eiweiss: 11,42g Proteinheiten: 0BE	Energie: 303,65kcal 1284,14kJ Fett: 2,8g davon gesättigte Fettsäure: 1,33g Kohlenhydrate: 53,86g Eiweiss: 12,73g Proteinheiten: 0BE	Energie: 562,89kcal 2387,22kJ Fett: 2,95g davon gesättigte Fettsäure: 0,78g Kohlenhydrate: 112,54g Eiweiss: 18,95g Proteinheiten: 0BE	Energie: 568,69kcal 2410,09kJ Fett: 3,06g davon gesättigte Fettsäure: 0,8g Kohlenhydrate: 111,13g Eiweiss: 20,83g Proteinheiten: 0BE	Energie: 491,93kcal 2076,46kJ Fett: 5,48g davon gesättigte Fettsäure: 0,65g Kohlenhydrate: 21,42g Eiweiss: 5,71g Proteinheiten: 0BE
<b>Käselauch Suppe mit Rinderhackfleisch &amp; Brot (M,11,8,10,Gl,Ro,Wz)</b>	<b>Milchreis mit Schokoladensoße (M)</b>	<b>Kartoffelgratin mit buntem Rahmgemüse (Ei,M,Sel)</b>	<b>Grüner Erbseneintopf mit Kartoffeln, Sellerei, Karotten &amp; Brot (Sel,Gl,Ro,Wz)</b>	<b>Ravioli mit Tomatenfüllung (Gl,Wz,10,M,Sel,11,8)</b> in Kräuter-Käsesoße
Energie: 387,98kcal 1631,92kJ Fett: 17,26g davon gesättigte Fettsäure: 8,51g Kohlenhydrate: 26,01g Eiweiss: 17,76g Proteinheiten: 0BE	Energie: 444,67kcal 1860,75kJ Fett: 0g davon gesättigte Fettsäure: 0g Kohlenhydrate: 0g Eiweiss: 0g Proteinheiten: 0BE	Energie: 365,6kcal 1530,11kJ Fett: 1,07g davon gesättigte Fettsäure: 0,57g Kohlenhydrate: 6,01g Eiweiss: 1,62g Proteinheiten: 0BE	Energie: 359,94kcal 1523,65kJ Fett: 1,34g davon gesättigte Fettsäure: 0,55g Kohlenhydrate: 54,21g Eiweiss: 19,18g Proteinheiten: 0BE	Energie: 731,65kcal 3094,6kJ Fett: 7,01g davon gesättigte Fettsäure: 2,45g Kohlenhydrate: 124,43g Eiweiss: 18,1g Proteinheiten: 0BE
<b>Gemüsefrikadelle vegetarisch (Ei,Gl,Wz,M,Sel,8,10)</b> mit heller Soße & Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln	<b>Geflügelbällchen in dunkler Soße (Ei,Gl,M,Sen,Wz,10,Sel)</b> Salzkartoffeln	<b>Hähnchenstreifen gebraten, dazu Reis (So,M,Sel,10)</b> & Mais-Bohnen-Gemüse in heller Soße	<b>Hähnchenschnitzel mit dunkler Soße, (Ei,Gl,Wz,Sel,10,Sulfit,4,6)</b> dazu Gurkensalat & Salzkartoffeln	<b>BIO-Vollkornnudeln mit Lachswürfel (Salmon Salar, praktisch Grätenfrei) (Ei,Gl,So,Wz,F,10)</b> in Tomatensoße
Energie: 356,99kcal 1495kJ Fett: 5,2g davon gesättigte Fettsäure: 1,43g Kohlenhydrate: 16,69g Eiweiss: 3,91g Proteinheiten: 0BE	Energie: 447,76kcal 1869,46kJ Fett: 18,72g davon gesättigte Fettsäure: 6,13g Kohlenhydrate: 20,52g Eiweiss: 15,13g Proteinheiten: 0BE	Energie: 402,12kcal 1705,07kJ Fett: 18,24g davon gesättigte Fettsäure: 1,84g Kohlenhydrate: 57,96g Eiweiss: 25,98g Proteinheiten: 0BE	Energie: 448,09kcal 1872,71kJ Fett: 9,3g davon gesättigte Fettsäure: 1,66g Kohlenhydrate: 24,96g Eiweiss: 12,79g Proteinheiten: 0BE	Energie: 739,65kcal 3121,07kJ Fett: 11,73g davon gesättigte Fettsäure: 2,48g Kohlenhydrate: 5,83g Eiweiss: 17,53g Proteinheiten: 0BE

# Dessert

	Birne	Apfelmus (6)	Joghurtdrink Kirsche (M)	Fruchtjoghurt Banane (M,8)	saisonales Obst
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
Proteinheiten:	0BE	Proteinheiten: 0BE	Proteinheiten: 0BE	Proteinheiten: 0BE	Proteinheiten: 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