

Speiseplan

für die 8. Kalenderwoche

Mo 16.02.2026

Kartoffelsuppe mit Sellerie
(M,Sel,10,Gl,Ro,Wz)
Karotten & Erbsen, dazu Brot

Di 17.02.2026

Hühnersuppe mit Hühnchenfleisch,
(M,Sel,11,10,Gl,Ro,Wz)
Karotten, Erbsen, Sellerie & Kartoffeln

Mi 18.02.2026

Kürbis-Steckrüben-Bratling
(Ei,Gl,Wz,M,10,Sel)
mit Gemüsereis & Kräuterquark

Do 19.02.2026

BIO Maccaroni
(Ei,Gl,Sen,So,Wz,10,M,Sel)
mit Champignons & Erbsen in heller Soße

Fr 20.02.2026

BIO-Vollkornnudeln mit Brokkoli, Blumenkohl, Erbsen & Karotten,
(Ei,Gl,So,Wz,M,Sel)
in heller Soße mit Milch (1,5%)

Kids Extra

Energie: 327.41kcal 1381.71kJ	Energie: 302.44kcal 1277.73kJ	Energie: 325.99kcal 1370.09kJ	Energie: 435.26kcal 1845.86kJ	Energie: 441.73kcal 1874.62kJ
Fett: 2.78g	Fett: 4.26g	Fett: 4.25g	Fett: 1.47g	Fett: 2.07g
davon gesättigte Fettsäure: 1.53g	davon gesättigte Fettsäure: 1.44g	davon gesättigte Fettsäure: 0.6g	davon gesättigte Fettsäure: 0.84g	davon gesättigte Fettsäure: 1.13g
Kohlenhydrate: 24.67g	Kohlenhydrate: 30.15g	Kohlenhydrate: 39.12g	Kohlenhydrate: 8.48g	Kohlenhydrate: 12.25g
Eiweiss: 4.66g	Eiweiss: 22.06g	Eiweiss: 6.61g	Eiweiss: 2.48g	Eiweiss: 3.88g
Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE

Kleine Kartoffelklösschen
(Gnocchi)
(Ei,Gl,L,Sulfit,Sen,Ses,So,Wz,
mit Rahmspinat

BIO Penne mit
Tomatensauce (Gl,Wz,10)

Vegetarische Nuggets,
(Ge,Gl,M,Wz,Sel,8,10)
mit Kräutersoße & Kartoffelpüree
aus frischen Kartoffeln

Schottische Bauernsuppe
(Ge,Gl,Sel,10,Ei,Ro,Wz)
(u.a. Suppengemüse, Kartoffeln & Graupen), kleine Geflügelklößchen,
sowie Brot

Pfannkuchen mit Apfelmus
(Ei,Gl,M,Wz,6)

Menü 1

Energie: 609.25kcal 2570.46kJ	Energie: 600.04kcal 2541.92kJ	Energie: 439.32kcal 1841.56kJ	Energie: 275.34kcal 1159.93kJ	Energie: 61.52kcal 261.72kJ
Fett: 13.89g	Fett: 2.59g	Fett: 11.85g	Fett: 4.55g	Fett: 0.01g
davon gesättigte Fettsäure: 4.67g	davon gesättigte Fettsäure: 0.53g	davon gesättigte Fettsäure: 3.09g	davon gesättigte Fettsäure: 1.24g	davon gesättigte Fettsäure: 0g
Kohlenhydrate: 106.17g	Kohlenhydrate: 119.14g	Kohlenhydrate: 26.55g	Kohlenhydrate: 14.46g	Kohlenhydrate: 0.04g
Eiweiss: 11.57g	Eiweiss: 20.03g	Eiweiss: 5.04g	Eiweiss: 11.63g	Eiweiss: 0.01g
Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE	Broteinheiten: 0BE

Geflügelcurrywurst in roter
Currysoße,
(M,Sen,10,12,Sulfit,4,6)
mit Salzkartoffeln & Krautsalat

Vegetarische Köttbular
(Ei,M,10,Gl,Wz)
mit Bulgur mit Tomatenwürfel & Erbsen, dazu Joghurt Dip

Geflügefrikadelle mit heller
Kräuter-Senf-Soße
(Ei,Gl,M,Sen,Wz,10,Sel)
mit buntem Gemüsbereis

Hühnerfrikassee (M,Sel,10)
mit Champignons, Karotten & Erbsen, dazu Parboiled Reis

Fischstäbchen (aus
Seelachsfilet, paniert,
praktisch Grätenfrei),
(F,Gl,Wz,10,M,Sel)
helle Soße mit Milch (1,5%) mit
Möhren, dazu Salzkartoffeln

Menü 2

Energie: 580.39kcal 2425.53kJ	Energie: 417.74kcal 1760.65kJ	Energie: 388.9kcal 1640.78kJ	Energie: 383.79kcal 1623.16kJ	Energie: 475.81kcal 1993.7kJ
Fett: 21.65g	Fett: 6.69g	Fett: 9.39g	Fett: 7.25g	Fett: 14.38g
davon gesättigte Fettsäure: 3.84g	davon gesättigte Fettsäure: 0.91g	davon gesättigte Fettsäure: 2.85g	davon gesättigte Fettsäure: 2.49g	davon gesättigte Fettsäure: 1.73g
Kohlenhydrate: 29.57g	Kohlenhydrate: 65.77g	Kohlenhydrate: 56.2g	Kohlenhydrate: 46.94g	Kohlenhydrate: 30.87g
Eiweiss: 16.63g	Eiweiss: 15g	Eiweiss: 17.5g	Eiweiss: 31.36g	Eiweiss: 20.75g
Broteinheiten: 0BE				

Apfel**Schokopudding (M)****Joghurtdrink Zitrone (M)****Fruchtjoghurt Pfirsich
Maracuja (M)****Götterspeise Himbeere****Dessert**

Energie:	0kcal 0kJ	Energie:	86.4kcal 362.4kJ	Energie:	57.02kcal 243.3kJ	Energie:	96.3kcal 405.9kJ	Energie:	74.97kcal 318.62kJ
Fett:	0g	Fett:	0g	Fett:	0g	Fett:	2.7g	Fett:	0g
davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure:	1.8g	davon gesättigte Fettsäure:	0g
Kohlenhydrate:	0g	Kohlenhydrate:	0g	Kohlenhydrate:	0g	Kohlenhydrate:	14.85g	Kohlenhydrate:	17.11g
Eiweiß:	0g	Eiweiß:	0g	Eiweiß:	0.01g	Eiweiß:	3.15g	Eiweiß:	1.37g
Broteinheiten:	0BE	Broteinheiten:	0BE	Broteinheiten:	0BE	Broteinheiten:	0BE	Broteinheiten:	0BE

10 - mit Jodsalz, 11 - mit Konservierungsstoff, 12 - mit Phosphat, 4 - geschwefelt, 6 - mit Antioxidationsmittel, 8 - mit Farbstoff, Ei - enth. Ei, F - enth. Fisch., Ge - enth. Gerste, Gl - enth. Gluten, L - enth. Lupinen, M - enth. Milch einschl. Laktose, Ro - enth. Roggen, Sel - enth. Sellerie, Sen - enth. Senf, Ses - enth. Sesam, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Sulfit - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Wz - enth. Weizen