

Speiseplan

für die 17. Kalenderwoche

Mo 20.04.2026

**Brokkoli - Cremesuppe
(M,Sel,10,Gl,Ro,Wz)**
mit Karotten & Sellerie, dazu Brot

Energie: 170,23kcal
716,35kJ
Fett: 1,24g
davon gesättigte Fettsäure: 0,6g
Kohlenhydrate: 17,21g
Eiweiss: 3,84g
Broteinheiten: 0BE

Di 21.04.2026

**Bohnen-Mais-Eintopf
(Sel,6,10,Gl,Ro,Wz)**
mit u.a. Bohnen Kartoffeln, Mais & Tomate, dazu Brot

Energie: 226,15kcal
957,16kJ
Fett: 0,81g
davon gesättigte Fettsäure: 0,15g
Kohlenhydrate: 19,94g
Eiweiss: 3,6g
Broteinheiten: 0BE

Mi 22.04.2026

**Vegetarisches Chilli sin
Carne (Sel,10)**
(u.a. Linsen, Mais, Kidneybohnen)
dazu Parboild Reis

Energie: 490,99kcal
2076,18kJ
Fett: 2,49g
davon gesättigte Fettsäure: 0,5g
Kohlenhydrate: 84,78g
Eiweiss: 21,25g
Broteinheiten: 0BE

Do 23.04.2026

**BIO Nudel mit
Pestorahmsoße
(Gl,Wz,10,Ca,M,Sulfit,Sel,11)**
mit frischen Zucchini

Energie: 646,23kcal
2736,99kJ
Fett: 11,95g
davon gesättigte Fettsäure: 2,8g
Kohlenhydrate: 112,18g
Eiweiss: 18,66g
Broteinheiten: 0BE

Fr 24.04.2026

**Tortellini vegetarisch gefüllt
(Ei,Gl,M,Sel,So,Wz,10,11,8)**
dazu helle Käsesoße

Energie: 661,3kcal
2790,73kJ
Fett: 15,37g
davon gesättigte Fettsäure: 4,01g
Kohlenhydrate: 91,88g
Eiweiss: 20,22g
Broteinheiten: 0BE

Kids Extra

**Cannelloni (Spinat-Ricotta-
Füllung) (Ei,Gl,M,Wz,10)**
in Tomatensoße

Energie: 390,68kcal
1647,47kJ
Fett: 8,2g
davon gesättigte Fettsäure: 4,44g
Kohlenhydrate: 53,74g
Eiweiss: 20,54g
Broteinheiten: 0BE

**Milchreis mit Zimt & Zucker
(M)**

Energie: 545,22kcal
2313,31kJ
Fett: 0,01g
davon gesättigte Fettsäure: 0g
Kohlenhydrate: 29,87g
Eiweiss: 0,01g
Broteinheiten: 0BE

**Süßkartoffeleintopf
(M,11,10,Gl,Ro,Wz)**
u.a. mit Karotte, Kartoffel & Kokosmilch, dazu Brot

Energie: 278,59kcal
1169,69kJ
Fett: 6,46g
davon gesättigte Fettsäure: 5,88g
Kohlenhydrate: 38,1g
Eiweiss: 3,89g
Broteinheiten: 0BE

**Ei - Taler mit Tomatensoße
(Ei,M,Sel,10,8)**
& Kartoffelpüree aus frischen
Kartoffeln

Energie: 343,39kcal
1432,87kJ
Fett: 8,41g
davon gesättigte Fettsäure: 3,03g
Kohlenhydrate: 8,69g
Eiweiss: 9,8g
Broteinheiten: 0BE

**Spinatknödel -
Semmelknödel
(Ei,Gl,M,Ro,Sel,Wz)**
mit Spinat & Käse mit
Gartengemüse in heller Rahmsoße

Energie: 334,63kcal
1413,42kJ
Fett: 10,14g
davon gesättigte Fettsäure: 5,6g
Kohlenhydrate: 41,38g
Eiweiss: 16,51g
Broteinheiten: 0BE

Menü 1

**Saftige Geflügelrolle,
(Gl,Wz,Sel,10)**
dazu dunkle Soße, Karottengemüse
& Salzkartoffeln

Energie: 359,36kcal
1508,42kJ
Fett: 7,11g
davon gesättigte Fettsäure: 2,1g
Kohlenhydrate: 18,04g
Eiweiss: 13,57g
Broteinheiten: 0BE

**Hähnchenstreifen in
Champignon - Rahmsauce
(M,Sel,So,10)**
& Parboildreis

Energie: 329,43kcal
1394,25kJ
Fett: 4,96g
davon gesättigte Fettsäure: 1,48g
Kohlenhydrate: 45,26g
Eiweiss: 21,54g
Broteinheiten: 0BE

**BIO Nudel Carbonara
(Gl,Wz,10,M,11,6,8,12)**
mit heller Soße mit Putenschinken

Energie: 632,74kcal
2681,48kJ
Fett: 4,87g
davon gesättigte Fettsäure: 1,88g
Kohlenhydrate: 110,88g
Eiweiss: 21,81g
Broteinheiten: 0BE

**Hähnchengyros
(Hähnchenbruststreifen)
(So,10,M,Sulfit,4,6)**
typisch gewürzt mit Kräuterquark,
Krautsalat & Reis

Energie: 468,05kcal
1969,14kJ
Fett: 5,36g
davon gesättigte Fettsäure: 0,99g
Kohlenhydrate: 40,59g
Eiweiss: 31,1g
Broteinheiten: 0BE

**MSC Thunfisch in
Tomatensoße (Gl,Wz,10,F)**
mit Tomatenstücken, dazu BIO
Nudeln

Energie: 595,41kcal
2522,57kJ
Fett: 2,41g
davon gesättigte Fettsäure: 0,49g
Kohlenhydrate: 110,73g
Eiweiss: 19,02g
Broteinheiten: 0BE

Menü 2

	Birne	Bananenpudding (M,8)	Joghurtdrink Apfel (M)	Stracciateller Joghurt (M,So)	Schokopudding (M)
Dessert	Energie: 80,08kcal 335,72kJ Fett: 0g davon gesättigte Fettsäure: 0g Kohlenhydrate: 0,02g Eiweiss: 0g Proteinheiten: 0BE	Energie: 94,73kcal 400,18kJ Fett: 0,01g davon gesättigte Fettsäure: 0,01g Kohlenhydrate: 13,09g Eiweiss: 0,02g Proteinheiten: 0BE	Energie: 55,09kcal 235,74kJ Fett: 0g davon gesättigte Fettsäure: 0g Kohlenhydrate: 6,92g Eiweiss: 0g Proteinheiten: 0BE	Energie: 99,15kcal 418,78kJ Fett: 0,31g davon gesättigte Fettsäure: 0,19g Kohlenhydrate: 9,83g Eiweiss: 0,08g Proteinheiten: 0BE	Energie: 86,4kcal 362,4kJ Fett: 0g davon gesättigte Fettsäure: 0g Kohlenhydrate: 0g Eiweiss: 0g Proteinheiten: 0BE

10 - mit Jodsaltz, 11 - mit Konservierungsstoff, 12 - mit Phosphat, 4 - geschwefelt, 6 - mit Antioxidationsmittel, 8 - mit Farbstoff, Ca - enth. Cashewnuss, Ei - enth. Ei, F - enth. Fisch., Gl - enth. Gluten, M - enth. Milch einschl. Laktose, Ro - enth. Roggen, Sel - enth. Sellerie, So - enth. Soja (gen-tech-frei), Sulfit - enth. Schwefeldioxid/Sulfite, Wz - enth. Weizen