

Speiseplan

für die 37. Kalenderwoche

Mo 07.09.2026

**Süßkartoffeleintopf (mit
Kartoffeln, Möhren & weißen
Bohnen), (11,6,10,Gl,Ro,Wz)**
dazu Brot

Energie: 294,46kcal
1237,75kJ
Fett: 6,23g
davon gesättigte Fettsäure: 5,76g
Kohlenhydrate: 35,38g
Eiweiss: 3,67g
Proteinheiten: 0BE

Di 08.09.2026

**Fruchtige Tomatensuppe
(Sel,10,Gl,Ro,Wz)**
mit Sellerie, Karotten & Reis, dazu
Brot

Energie: 304,47kcal
1285,57kJ
Fett: 1,57g
davon gesättigte Fettsäure: 0,58g
Kohlenhydrate: 48,69g
Eiweiss: 7,35g
Proteinheiten: 0BE

Mi 09.09.2026

**BIO-Vollkornnudeln mit
Mais-Paprika-Gemüse
(Ei,Gl,So,Wz,M,Sel)**
in heller Soße mit Milch

Energie: 648,83kcal
2753,74kJ
Fett: 2,65g
davon gesättigte Fettsäure: 1,17g
Kohlenhydrate: 19,89g
Eiweiss: 3,33g
Proteinheiten: 0BE

Do 10.09.2026

**Gemüsefrikadelle
(vegetarisch)
(Gl,Wz,M,Sel,10)**
mit dunkler Rahmsoße & BIO
Nudeln

Energie: 460,21kcal
1945,28kJ
Fett: 6,31g
davon gesättigte Fettsäure: 1,55g
Kohlenhydrate: 83,83g
Eiweiss: 13,78g
Proteinheiten: 0BE

Fr 11.09.2026

**Lachswürfel (Salmon Salar,
praktisch grätenfrei)
(F,M,Sel,10,Sulfit,4,6)**
in Dill-Rahmsoße, dazu Gurkensalat
& Salzkartoffeln

Energie: 396,83kcal
1657,26kJ
Fett: 10,3g
davon gesättigte Fettsäure: 2,8g
Kohlenhydrate: 9,31g
Eiweiss: 13,04g
Proteinheiten: 0BE

Kids Extra

**BIO Nudeln mit heller
Käsesoße & Erbsen
(Gl,Wz,10,M,11,8)**

Energie: 632,04kcal
2678,28kJ
Fett: 4,14g
davon gesättigte Fettsäure: 1,58g
Kohlenhydrate: 114,12g
Eiweiss: 20,23g
Proteinheiten: 0BE

**Pfannkuchen (Ei,Gl,M,Wz)
mit Vanillesoße**

Energie: 138,3kcal
579,58kJ
Fett: 0,01g
davon gesättigte Fettsäure: 0g
Kohlenhydrate: 0,04g
Eiweiss: 0,01g
Proteinheiten: 0BE

**BIO-Spirelli
(Ei,Gl,So,Wz,M,Sel,10)
mit Rahmspinat**

Energie: 586,55kcal
2485,44kJ
Fett: 3,47g
davon gesättigte Fettsäure: 0,98g
Kohlenhydrate: 112,65g
Eiweiss: 22,23g
Proteinheiten: 0BE

**Ravioli mit Tomatensoße
(Gl,Wz,10,Sel)**

Energie: 598,36kcal
2530,51kJ
Fett: 0,29g
davon gesättigte Fettsäure: 0,09g
Kohlenhydrate: 8,63g
Eiweiss: 2,02g
Proteinheiten: 0BE

**Cremige Gemüsesuppe mit
Blumenkohl, Karotten &
Kartoffeln
(Sel,11,10,Gl,Ro,Wz)**
dazu Brot

Energie: 228,86kcal
964,45kJ
Fett: 0,77g
davon gesättigte Fettsäure: 0,32g
Kohlenhydrate: 24,48g
Eiweiss: 6,08g
Proteinheiten: 0BE

Menü 1

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

Energie: 352,09kcal
1488,89kJ
Fett: 2,25g
davon gesättigte Fettsäure: 1,08g
Kohlenhydrate: 45,86g
Eiweiss: 6,36g
Proteinheiten: 0BE

**Geflügelrolle (mit Erbsen),
in dunkler Soße
(Gl,Wz,Sel,10)**
mit Steckrüben - Karottengemüse &
Salzkartoffeln

Energie: 346,76kcal
1455,02kJ
Fett: 6,99g
davon gesättigte Fettsäure: 2,08g
Kohlenhydrate: 15,16g
Eiweiss: 13,63g
Proteinheiten: 0BE

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

Energie: 552,39kcal
2309,53kJ
Fett: 0,67g
davon gesättigte Fettsäure: 0,14g
Kohlenhydrate: 27,67g
Eiweiss: 1,64g
Proteinheiten: 0BE

**Hähnchenstreifen in dunkler
Soße mit Milch,
(So,Gl,M,Sel,Wz,10)**
dazu Paprika-Mais-Reis

Energie: 341,22kcal
1440,79kJ
Fett: 2,57g
davon gesättigte Fettsäure: 1,11g
Kohlenhydrate: 50,93g
Eiweiss: 5,43g
Proteinheiten: 0BE

**Gemüse Kötterbällchen
(Ei,M,10,Sel)**
mit Indischem Gemüseris &
Kräuterquark

Energie: 400,72kcal
1687,55kJ
Fett: 5,23g
davon gesättigte Fettsäure: 0,69g
Kohlenhydrate: 57,96g
Eiweiss: 8,79g
Proteinheiten: 0BE

Menü 2

	Apfel		Schokopudding (M)		Apfelmus (6)		Götterspeise Zitrone		Fruchtjoghurt Waldfrucht (M)	
	Apfel									

10 - mit Jodsalz, 11 - mit Konservierungsstoff, 12 - mit Phosphat,, 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