

Speiseplan

für die 39. Kalenderwoche

Kids Extra

Menü 1

Menü 2

Mo 21.09.2026	Di 22.09.2026	Mi 23.09.2026	Do 24.09.2026	Fr 25.09.2026
Kartoffeltasche gefüllt mit Frischkäse, (M,10,Sel,Gl,Wz) dazu Tomatensoße & Couscous Salat mit Paprika & Tomate	Brokkoli-Erbсен-Gemüse (M,Sel,10) mit heller Soße mit Milch (1,5%), dazu Parboiled Reis	Blumenkohl Bolognese (Sel,10,Gl,Wz) mit fruchtiger Tomatensoße, dazu BIO Nudeln	BIO Spirelli mit Spinat (Ei,Gl,So,Wz,M,Sel,10) in heller Soße mit Milch	Gemüse-Köttbullar (u.a. Erbsen, Mais & Paprika) (Ei,Sel,10,M,8) dazu Tomatensoße mit Tomatenstücken & Kartoffel- Steckrüben-Püree
Energie: 553kcal 2322,82kJ Fett: 18,17g davon gesättigte Fettsäure: 2,68g Kohlenhydrate: 77,26g Eiweiss: 12,21g Proteinheiten: 0BE	Energie: 303,65kcal 1284,14kJ Fett: 2,8g davon gesättigte Fettsäure: 1,33g Kohlenhydrate: 53,86g Eiweiss: 12,73g Proteinheiten: 0BE	Energie: 560,28kcal 2375,08kJ Fett: 2,92g davon gesättigte Fettsäure: 0,74g Kohlenhydrate: 112,42g Eiweiss: 19,14g Proteinheiten: 0BE	Energie: 578,05kcal 2451,74kJ Fett: 3,83g davon gesättigte Fettsäure: 1,33g Kohlenhydrate: 113,72g Eiweiss: 19,57g Proteinheiten: 0BE	Energie: 396,31kcal 1656,87kJ Fett: 5,56g davon gesättigte Fettsäure: 0,69g Kohlenhydrate: 24,01g Eiweiss: 6,57g Proteinheiten: 0BE
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-Kasesoße
Energie: 373,67kcal 1569,93kJ Fett: 20,15g davon gesättigte Fettsäure: 10,29g Kohlenhydrate: 25,6g Eiweiss: 22,26g Proteinheiten: 0BE	Energie: 435,67kcal 1835,75kJ Fett: 0,01g davon gesättigte Fettsäure: 0,01g Kohlenhydrate: 0,05g Eiweiss: 0,01g Proteinheiten: 0BE	Energie: 316,43kcal 1327,14kJ Fett: 1,06g davon gesättigte Fettsäure: 0,56g Kohlenhydrate: 5,72g Eiweiss: 1,62g Proteinheiten: 0BE	Energie: 352,36kcal 1490,92kJ Fett: 1,9g davon gesättigte Fettsäure: 0,53g Kohlenhydrate: 53,59g Eiweiss: 18,96g Proteinheiten: 0BE	Energie: 731,65kcal 3094,6kJ Fett: 11,07g davon gesättigte Fettsäure: 5,11g Kohlenhydrate: 126,05g Eiweiss: 25,55g Proteinheiten: 0BE
Knusper Gemüse-Dino vegetarisch (Ei,Sel,M,10) mit heller Soße & Salzkartoffeln	Geflügelbällchen in dunkler Soße (Ei,Gl,M,Sen,Wz,10,Sel,8) dazu Kartoffelpüree aus frischen Kartoffeln	Hähnchenstreifen gebraten, dazu Reis (So,M,Sel,10) & Mais-Bohnen-Gemüse in heller Soße	Hähnchenschnitzel mit dunkler Soße, (Gl,Wz,Sel,10,Sulfit,4,6) dazu Gurkensalat & Salzkartoffeln	BIO-Vollkornnudeln mit Lachswürfel (Salmon Salar, praktisch Grätenfrei) (Ei,Gl,So,Wz,F,Sel,10) in Tomatensoße
Energie: 2448,92kcal 10252,68kJ Fett: 1,68g davon gesättigte Fettsäure: 0,98g Kohlenhydrate: 6,19g Eiweiss: 0,61g Proteinheiten: 0BE	Energie: 598,38kcal 2496,79kJ Fett: 23,04g davon gesättigte Fettsäure: 7,45g Kohlenhydrate: 23,4g Eiweiss: 18,73g Proteinheiten: 0BE	Energie: 394,92kcal 1673,27kJ Fett: 6,39g davon gesättigte Fettsäure: 1,84g Kohlenhydrate: 56,76g Eiweiss: 26,34g Proteinheiten: 0BE	Energie: 448,09kcal 1872,71kJ Fett: 9,3g davon gesättigte Fettsäure: 1,66g Kohlenhydrate: 24,96g Eiweiss: 12,79g Proteinheiten: 0BE	Energie: 758,95kcal 3202,95kJ Fett: 11,86g davon gesättigte Fettsäure: 2,54g Kohlenhydrate: 9,18g Eiweiss: 18,52g Proteinheiten: 0BE

	Birne		Apfelmus (6)		Joghurtdrink Kirsche (M)		Fruchtjoghurt Banane (M)		saisonales Obst	
Dessert	Energie:	80.08kcal 335.72kJ	Energie:	45.9kcal 195.3kJ	Energie:	56.89kcal 242.66kJ	Energie:	98.1kcal 412.2kJ	Energie:	0kcal 0kJ
	Fett:	0g	Fett:	0g	Fett:	0.07g	Fett:	0g	Fett:	0g
	davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure:	0.01g	davon gesättigte Fettsäure:	0g	davon gesättigte Fettsäure:	0g
	Kohlenhydrate:	0.02g	Kohlenhydrate:	0g	Kohlenhydrate:	8.73g	Kohlenhydrate:	0g	Kohlenhydrate:	0g
	Eiweiss:	0g	Eiweiss:	0g	Eiweiss:	0.07g	Eiweiss:	0g	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