

Speisekarte



KW 17
Montag

21.04.2025 bis
Dienstag

25.04.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Karotten-Kohlrabi-Kartoffelgratin und Blattsalat mit Joghurtdressing DGE-Empfehlung: Banane</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> 1, 3 kJ 306 / kcal 73 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 8,4 g, davon Zucker 3,5 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 0,74 g / BE 0,7</p>	<p>Bratwurst auf Erbsenbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf</p> <p>3 kJ 516 / kcal 123 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 15,2 g, davon Zucker 4,0 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 2,33 g / BE 1,3</p>	<p>Vollkornspirelli mit Zucchini-Zwiebel-Auberginengemüse in Tomatensauce DGE-Empfehlung: Gurken-Sticks</p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p> kJ 331 / kcal 79 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 13,8 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 2,5 g / Salz 0,87 g / BE 1,1</p>	<p>Milchreis mit Apfelmus, vorweg Brokkolicremesuppe DGE-Empfehlung: Eisbergsalat mit Zitronen-Vinaigrette</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> 3,11 kJ 318 / kcal 76 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 7,9 g, davon Zucker 3,5 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,28 g / BE 0,7</p>	Keine Verpflegung
Vollkost				
<p>Tomatensuppe mit Reis, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 543 / kcal 130 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g, KH 21,0 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,69 g / BE 1,8</p>	<p>Rindfleischgeschnetzeltes in Rahmsauce mit Möhren und Langkornreis DGE-Empfehlung: Schokopudding</p> <p>Milch (Lactose), Senf; Dessert: Milch (Lactose)</p> <p>  kJ 382 / kcal 91 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 14,0 g, davon Zucker 3,9 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,20 g / BE 1,2</p>	<p>Hackfleischragout vom Rind mit Brokkoli, dazu Knöpfele oder bunte Getreidemischung</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p> kJ 535 / kcal 128 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 15,9 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 7,4 g / Salz 1,45 g / BE 1,3</p>	<p>Pizza mit Geflügelsalami und Käse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>2,3  kJ 809 / kcal 193 / Fett 5,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 25,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 10,3 g / Salz 1,40 g / BE 2,1</p>	Keine Verpflegung
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</p> <p>kJ 230 / kcal 55 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 4,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,42 g / BE 0,4</p>	<p>Rindergeflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi</p> <p>Eier, Senf</p> <p>1 kJ 687 / kcal 164 / Fett 7,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g / KH 18,7 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,10 g / BE 1,6</p>	<p>Rinderhaschee mit Karotten-Erbsen-Gemüse und Reis</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>kJ 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,4</p>	<p>Maisgrießbrei mit Kirschragout</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kJ 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3</p>	Keine Verpflegung

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.
Nährwertangaben pro 100g

Speisekarte



KW 17
Montag

21.04.2025 bis
Dienstag

25.04.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Salat				
<p>Frischer Salat mit Italian-Dressing</p> <p>Schwefeldioxid/Sulphit</p> <p>3, 11</p> <p><small>kJ 159 / kcal 38 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 1,9 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,46 g / BE 0,2</small></p>	<p>Frischer Salat mit Joghurt-Dressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3, 11</p> <p><small>kJ 151 / kcal 36 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g/ KH 4,3 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 1,3 g / Salz 0,43 g / BE 0,4</small></p>	<p>Gurken-Sticks</p> <p></p> <p><small>kJ 51 / kcal 12 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g/ KH 1,8 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 0,6 g / Salz 0,01 g/ BE 0,2</small></p>	<p>Eisbergsalat mit Zitronen-Vinaigrette</p> <p></p> <p><small>kJ 143 / kcal 34 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g/ KH 1,9 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,15 g/ BE 0,2</small></p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Dessert				
<p>Banane</p> <p></p> <p><small>kJ 192 / kcal 46 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 9,0 g, davon Zucker 9,0 g / Eiweiß 0,7 g / Salz 0,01 g / BE 0,8</small></p>	<p>Schokopudding</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>kJ 350 / kcal 84 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g/ KH 14,0 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</small></p>	<p>Buttermilch-Dessert Mango</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p><small>kJ 391 / kcal 93 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g/ KH 13,0 g, davon Zucker 11,0 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,13 g/ BE 1,1</small></p>	<p>Obstkorb</p> <p><small>kJ 255 / kcal 61 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 14,4 g, davon Zucker 13,2 g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,00 g / BE 1,2</small></p>	<p>Keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 18
Montag

28.04.2025
Dienstag

bis

02.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch

<p>Hackbällchen aus Grünkernschrot mit Preiselbeerrahmsauce, dazu Bohnen und Kartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Lactose), Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 705 / kcal 168 / Fett 5,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 24,0g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,0</p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p>3</p> <p>kJ 600 / kcal 143 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 19,1 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,97 g / BE 1,6</p>	<p>Überbackener Blumenkohl mit Salzkartoffeln</p> <p>DGE-Empfehlung: Vanillepudding</p> <p>Schwefeldioxid/ Sulfite, Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 336 / kcal 80 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 8,4 g, davon Zucker 3,5 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,31 g / BE 0,7</p>	<p>Tomaten-Kidneybohnen-Mais-Chili mit Fladenbrot</p> <p>DGE-Empfehlung: Karottenrohkost</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sojabohnen, Sesamsamen</p> <p>3</p> <p>kJ 563 / kcal 134 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 21,4 g, davon Zucker 4,7 g / Eiweiß 5,1 / Salz 1,24 g / BE 1,8</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
---	--	--	--	---------------------------------

Vollkost

<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Langkornreis und Brokkoli</p> <p>DGE-Empfehlung: Kiwi</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 370 / kcal 88 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 14,1 g, davon Zucker 4,6 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 1,16 g / BE 1,2</p>	<p>Lachswürfel in Tomatencremesauce mit Erbsen und Spirelli</p> <p>DGE-Empfehlung: Apfel</p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 489 / kcal 117 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 15,6 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 0,58 g / BE 1,3</p>	<p>Gnocchi mit Spinatrahmsauce und geriebenem Käse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p>3</p> <p>kJ 559 / kcal 133 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 20,3 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 0,93 g / BE 1,7</p>	<p>Putenschnitzel mit Bratensauce, dazu Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 463 / kcal 111 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 13,7 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 0,70 g / BE 1,1</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
--	--	---	--	---------------------------------

Gluten-, Lactosefrei

<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p>kJ 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</p>	<p>Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln</p> <p>3</p> <p>kJ 342 / kcal 82 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 8,1 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,72 g / BE 0,7</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonsauce mit Risi-Bisi</p> <p>Senf</p> <p>1</p> <p>kJ 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,2</p>	<p>Süßkartoffel Tikka Masala mit Paprika und Sojabohnen</p> <p>Sojabohnen</p> <p>3</p> <p>kJ 499 / kcal 119 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 13,5 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,1</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
---	---	---	--	---------------------------------

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.
Nährwertangaben pro 100g

Speisekarte



KW 18
Montag

28.04.2025 bis
Dienstag

02.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Salat				
<p>Frischer Salat mit Joghurt-Dressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>KJ 126 / kcal 30 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 2,2 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 1,1 g / Salz 0,29 g / BE 0,2</p>	<p>Frischer Salat mit Balsamico-Dressing</p> <p>Senf</p> <p>3</p> <p>KJ 155 / kcal 37 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 2,4 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,49 g / BE 0,2</p>	<p>Eisbergsalat mit Zitronen-Vinaigrette</p> <p>KJ 143 / kcal 34 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 1,9 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,15 g / BE 0,2</p>	<p>Karotten-Rohkost</p> <p></p> <p>KJ 137 / kcal 33 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 6,8 g, davon Zucker 6,4 g / Eiweiß 0,8 g / Salz 0,06 g / BE 0,6</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Dessert				
<p>Kiwi</p> <p></p> <p>KJ 255 / kcal 61 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 14,4 g, davon Zucker 13,2 g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,01 g / BE 1,2</p>	<p>Apfel</p> <p></p> <p>KJ 255 / kcal 61 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 14,4 g, davon Zucker 13,2 g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,01 g / BE 1,2</p>	<p>Vanillepudding</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>KJ 527 / kcal 126 / Fett 6,1 g, davon ges. Fettsäuren 4,0 g / KH 15,0 g, davon Zucker 11,0 g / Eiweiß 2,7 g / Salz 0,18 g / BE 1,3</p>	<p>Erdbeerjoghurt</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>KJ 476 / kcal 114 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 17,0 g, davon Zucker 15,8 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 0,00 g / BE 1,4</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 19
Montag

05.05.2025 bis
Dienstag

09.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Spirelli mit Linsen-Karotten-Bolognese, dazu ger. Gouda DGE-Empfehlung: Frischer Salat mit Zitronendressing</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p>  <p>kj 503 / kcal 120 / Fett 3,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 16,7 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,87 g / BE 1,4 g</p>	<p>Gedämpfter Hefekloß mit Vanillesauce, vorab Tomatencremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 907 / kcal 217 / Fett 9,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 28,2 g, davon Zucker 7,2 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,80 g / BE 2,4</p>	<p>Mac and Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsensbasis), dazu Paprikasticks DGE-Empfehlung: Milchpudding Butterkeks</p> <p>Gluten (Weizen); Dessert: Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p>  <p>1</p> <p>kj 465 / kcal 111 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 18,0 g, davon Zucker 5,6 g / Eiweiß 2,5 g / Salz 0,53 g / BE 1,5</p>	<p>Knusprige Nuggets auf Milchbasis mit Pommes und Ketchup, dazu Beilagensalat mit American Dressing</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Sellerie, Milch (Lactose), Senf</p> <p>11, 12</p> <p>kj 609 / kcal 145 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 19,5 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,64 g / BE 1,6</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p>Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3, 8 </p> <p>kj 422 / kcal 101 / Fett 5,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g, KH 7,3 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,66 g / BE 0,6</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Spargel, dazu Möhren und Vollkornreis DGE-Empfehlung: Birne</p> <p>Milch (Lactose)</p>   <p>kj 394 / kcal 94 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 14,6 g, davon Zucker 4,5 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,52 g / BE 1,2</p>	<p>Pfannengulasch vom Rind mit Karotten-Erbsegemüse und Kartoffelklöße</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Senf </p> <p>kj 436 / kcal 104 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 14,5 g, davon Zucker 5,5 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 1,13 g / BE 1,2 g</p>	<p>Tortellini mit Spinatfüllung und Tomatensauce, dazu Erbsen DGE-Empfehlung: Schokopudding</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie; Dessert: Milch (Lactose)</p>  <p>3</p> <p>kj 457 / kcal 109 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 16,4 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 5,5 g / Salz 0,61 g / BE 1,4</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Nudeln a la Bolognese vom Rind</p> <p>kj 635 / kcal 151 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2</p>	<p>Gegrilltes Paprika-, Aubergine-, Zucchini- und Tomatensauce und Paprikareis</p> <p>kj 349 / kcal 83 / Fett 2,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,0 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,94 g / BE 1,2</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen, dazu Reis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,5</p>	<p>Gnocchi-Zucchini-Paprika-Pfanne mit Tomatensauce</p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p>kj 470 / kcal 112 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 15,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,11 g / BE 1,3</p>	<p>Keine Verpflegung</p>

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.
Nährwertangaben pro 100g

Speisekarte



KW 19
Montag

05.05.2025 bis
Dienstag

09.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Salat				
<p>Frischer Salat mit Zitronendressing</p> <p></p> <p>kJ 143 / kcal 34 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 1,9 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,15 g / BE 0,2</p>	<p>Frischer Salat mit Kartoffel-Kräuter-Dressing</p> <p>Milch (Lactose), Schwefeldioxid/ Sulfit</p> <p>3</p> <p>kJ 208 / kcal 50 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 2,3 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,42 g / BE 0,2</p>	<p>Frischer Salat mit Italian-Dressing</p> <p>Schwefeldioxid/Sulphit</p> <p>3, 11</p> <p>kJ 159 / kcal 38 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 1,9 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,46 g / BE 0,2</p>	<p>Kohlrabi-Rohkost</p> <p>kJ 104 / kcal 25 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g KH 3,7 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,05 g / BE 0,3</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Dessert				
<p>Obstsalat</p> <p>3</p> <p>kJ 206 / kcal 49 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 11,6 g, davon Zucker 10,8g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,05 g / BE 1,0</p>	<p>Birne</p> <p></p> <p>kJ 218 / kcal 52 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 12,4 g, davon Zucker 10,3 g / Eiweiß 0,5 g / Salz 0,01 g / BE 1,0</p>	<p>Milchpudding Butterkeks</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 331 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</p>	<p>Schokopudding</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 350 / kcal 84 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14,0 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 20
Montag

12.05.2025 bis
Dienstag

16.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Sour Cream und Beilagensalat mit Zitronendressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g/ KH 17,1 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 3 g / Salz 0,30 g/ BE 1,4</p>	<p>Vollkornpenne mit Paprikarahmsauce und Mais DGE-Empfehlung: Apfel</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 467 / kcal 111 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g/ KH 18,2 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 0,96 g / BE 1,5</p>	<p>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</p> <p>Eier, Schwefeldioxid/Sulfit</p> <p>3</p> <p>kj 679 / kcal 162 / Fett 9,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 16,6 g, davon Zucker 6,3 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,60 g / BE 1,4</p>	<p>Cannelloni mit Karotten-Paprika-Zucchini-Füllung, dazu Basilikumrahmsauce und Reibekäse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 567 / kcal 135 / Fett 4,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g/ KH 16,1 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,07 g / BE 1,3</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Vollkost				
<p>Spaghetti mit Bolognese vom Rind DGE-Empfehlung: Lollo Rosso mit Mais, dazu American-Dressing</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie; Dressing: Eier, Sellerie, Milch (Lactose), Senf</p>   <p>kj 488 / kcal 119 / Fett 5,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g/ KH 13,6 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,01 g / BE 1,1</p>	<p>Putengeschnetzeltes mit Wokgemüse und Langkornreis</p>  <p>kj 491 / kcal 117 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 15,7 g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 4,9 / Salz 1,67 g / BE 1,3</p>	<p>Spätzle mit Erbsen, dazu Karotten-Zucchini-Rahmsauce DGE-Empfehlung: Kiwi</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p>  <p>kj 437 / kcal 104 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 15,5 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,54 g / BE 1,3</p>	<p>Lachsrahmsauce mit Brokkoli und Gnocchi DGE-Empfehlung: Vanillepudding</p> <p>Fisch, Milch (Lactose), Gluten (Weizen) Dessert: Milch (Lactose)</p>   <p>1</p> <p>kj 474 / kcal 115 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g/ KH 16,1 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,07 g / BE 1,3</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis</p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 20,0 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,34 g / BE 1,7</p>	<p>Fruchtige Linsenbolognese mit Kartoffelnocken</p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>kj 541 / kcal 129 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 22,8 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 1,01 g / BE 1,9</p>	<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p>kj 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g, KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</p>	<p>Rindergeflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gnocchi</p> <p>Eier, Senf</p> <p>1</p> <p>kj 687 / kcal 164 / Fett 7,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g, KH 18,7 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,1 g / BE 1,6</p>	<p>Keine Verpflegung</p>

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.
Nährwertangaben pro 100g

Speisekarte



KW 20
Montag

12.05.2025
Dienstag

bis

16.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Salat				
<p>Lollo Rosso mit Mais, dazu American-Dressing</p> <p>Milch (Lactose), Senf, Sellerie, Eier</p>  11	<p>Gemüsesticks</p>	<p>Frischer Salat mit Joghurt-Dressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3, 11</p>	<p>Frischer Salat mit Balsamico-Dressing</p> <p>Senf</p> <p>3</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
<p>KJ 212 / kcal 51 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 5,1 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,42 g / BE 0,4</p>	<p>KJ 73 / kcal 17 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 2,6 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,01 g / BE 0,2</p>	<p>KJ 143 / kcal 34 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,47 g / BE 0,3</p>	<p>KJ 161 / kcal 39 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g, KH 4,1 g, davon Zucker 3,5 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,50 g / BE 0,3</p>	
Dessert				
<p>Erdbeer-Quark-Dessert</p> <p>Milch (Lactose)</p> 	<p>Apfel</p> 	<p>Kiwi</p> 	<p>Vanillepudding</p> <p>Milch (Lactose)</p> 	<p>Keine Verpflegung</p>
<p>KJ 571 / kcal 136 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,9 g, KH 14,3 g, davon Zucker 14,3 g / Eiweiß 6,9 g / Salz 0,13 g / BE 1,2</p>	<p>KJ 192 / kcal 46 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 9,0 g, davon Zucker 9,0 g / Eiweiß 0,7 g / Salz 0,01 g / BE 0,8</p>	<p>KJ 255 / kcal 61 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 14,4 g, davon Zucker 13,2 g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,01 g / BE 1,2</p>	<p>KJ 331 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</p>	
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 21
Montag

19.05.2025 bis
Dienstag

23.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Schmetterlingsnudeln mit Paprika-Karotten-Bolognaise DGE-Empfehlung: Banane</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Sojabohnen</p> <p> 3 kJ 450 / kcal 107 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 17,5 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 1,05 g / BE 1,5</p>	<p>Linsen-Blumenkohl-Curry mit Erbsen und Langkornreis DGE-Empfehlung: Birne</p> <p>Gluten (Weizen), Erdnüsse, Sojabohnen, Sesamsamen</p> <p> 3 kJ 449 / kcal 107 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g / KH 16,9 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,94 g / BE 1,4</p>	<p>Pizza Margherita mit Tomaten und Käse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kJ 1019 / kcal 243 / Fett 7,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,2 g / KH 32,5 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 10,7 g / Salz 1,25 g / BE 2,7</p>	<p>Überbackener Nudel-Brokkoli-Auflauf DGE-Empfehlung: Eisbergsalat mit Joghurt-Dressing</p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen); Dessert: Milch (Lactose)</p> <p> 3 kJ 335 / kcal 80 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 10,3 g, davon Zucker 4,8 g / Eiweiß 4,1 g / Sa 0,27 g / BE 0,9</p>	Keine Verpflegung
Vollkost				
<p>Frühlingsrollen mit süß-saurer Sauce, dazu Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Sesamsamen, Sellerie</p> <p> 2 kJ 602 / kcal 144 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 25,8 g, davon Zucker 3,8 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 1,09 g / BE 2,1</p>	<p>Lasagne mit Hackfleisch vom Rind</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> kJ 544 / kcal 130 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 16,0 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,20 g / BE 1,3</p>	<p>Paniertes Seelachsfilet mit Bio-Rahmwirsing und Salzkartoffeln DGE-Empfehlung: Schokopudding</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose)</p> <p> kJ 381 / kcal 91 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 12,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,47 g / BE 1,0 </p>	<p>Kartoffelrahmsuppe mit Geflügelwiener, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p> 2, 3, 8  kJ 480 / kcal 115 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 1,30g / BE 1,2 g</p>	Keine Verpflegung
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Maisgrießbrei mit Kirschragout</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kJ 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3</p>	<p>Gnocchi-Zucchini-Paprika-Pfanne mit Tomatensauce</p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p>kJ 470 / kcal 112 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 15,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,11 g / BE 1,3</p>	<p>Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsen-Gemüse</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Sesamsamen</p> <p>kJ 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,4</p>	<p>Nudeln a la Bolognaise vom Rind</p> <p>kJ 635 / kcal 152 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2</p>	Keine Verpflegung

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.
Nährwertangaben pro 100g

Speisekarte



KW 21
Montag

19.05.2025
Dienstag

bis

23.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Salat				
<p>Kopfsalat mit Kräuter-Dressing</p> <p>Schwefeldioxid/Sulfit, Senf</p> <p>3, 11</p> <p>KJ 167 / kcal 40 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,31 g / BE 0,3</p>	<p>Gemischter Salat mit American-Dressing</p> <p>Milch (Lactose), Eier, Sellerie, Senf</p> <p>3</p> <p>KJ 143 / kcal 34 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,47 g / BE 0,3</p>	<p>Gemüsesticks</p> <p>KJ 73 / kcal 17 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0 g, KH 2,6 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,01 g / BE 0,2</p>	<p>Eisbergsalat mit Joghurt-Dressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p>KJ 143 / kcal 34 / Fett 1,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,47 g / BE 0,3</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
Dessert				
<p>Banane</p> <p></p> <p>KJ 375 / kcal 90 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 20,0 g, davon Zucker 17,3 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,00 g / BE 1,7</p>	<p>Birne</p> <p></p> <p>KJ 218 / kcal 52 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g, KH 12,4 g, davon Zucker 10,3 g / Eiweiß 0,5 g / Salz 0,01 g / BE 1,0</p>	<p>Schokopudding</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>KJ 350 / kcal 84 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14,0 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</p>	<p>Fruchtjoghurt Banane</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>KJ 363 / kcal 87 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g, KH 11,3 g, davon Zucker 10,7 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,13 g / BE 0,9</p>	<p>Keine Verpflegung</p>
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 22
Montag

26.05.2025 bis
Dienstag

30.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Vollkornspirelli mit Blumenkohl-Brokkoli und heller Rahmsauce</p> <p>DGE-Empfehlung: Apfel</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Schwefeldioxid/Sulfit</p> <p> 3</p> <p>kJ 369 / kcal 88 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 13,5 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,51 g / BE 1,1</p>	<p>Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>DGE-Empfehlung: Vanillepudding</p> <p>Eier, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/Sulfit; Dessert: Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p>kJ 338 / kcal 81 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 9,8 g, davon Zucker 4,9 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,52 g / BE 0,8</p>	<p>Weizen-Hackbällchen in Tomatensauce, dazu Spaghetti</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Senf</p> <p>kJ 616 / kcal 147 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 18,0 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 1,35 g / BE 1,5</p>	<p>Erbsenfrikadelle mit Gemüserahmsauce, dazu Möhren und Salzkartoffeln</p> <p>Sojabohnen, Senf, Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p>kJ 419 / kcal 100 / Fett 3,4g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 12,1 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,56 g / BE 1,0</p>	Keine Verpflegung
Vollkost				
<p>Pancakes mit Kirschräout und Vanillesauce, vorweg Zucchini cremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kJ 690 / kcal 165 / Fett 5,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 23,5 g, davon Zucker 12,1 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,54 g / BE 2,0</p>	<p>Rindfleischburger im Brötchen mit Ketchup, dazu Ofen-Pommes</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf, Sesam</p> <p>12, 11 </p> <p>kJ 838 / kcal 200 / Fett 8,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g / KH 23,2 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,90 g / BE 1,9</p>	<p>Lachscurry in Tomaten-Kokos-Sauce mit Langkornreis, dazu Salat mit Kräuter-Öl-Dressing</p> <p>DGE-Empfehlung: Kiwi</p> <p>Fisch, Sojabohnen, Senf, Sulfit</p> <p> 3 </p> <p>kJ 315 / kcal 75 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 10,4 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 2,8 g / Salz 0,66 g / BE 0,9</p>	<p>Putenschinkennudeln, dazu Eisbergsalat mit Tomaten und Joghurtdressing</p> <p>DGE-Empfehlung: Milchpudding Butterkeks</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose); Dessert: Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 2,3,8 </p> <p>kJ 474 / kcal 113/ Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 17,0 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,42 g / BE 1,4 g</p>	Keine Verpflegung
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce</p> <p>kJ 596 / kcal 142 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 28,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 0,97 g / BE 2,3</p>	<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p>kJ 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</p>	<p>Kartoffel-Möhren-Blumenkohl-Eintopf</p> <p>kJ 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen, dazu Langkornreis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kJ 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,5</p>	Keine Verpflegung

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert.
Nährwertangaben pro 100g

Speisekarte



KW 22
Montag

26.05.2025
Dienstag

bis

30.05.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Salat				
Gemüsesticks	Frischer Salat mit Joghurt-Dressing	Gemüsesticks	Frischer Salat mit Italian-Dressing	Keine Verpflegung
	Milch (Lactose) 3		Schwefeldioxid/Sulphit 3, 11	
kJ 73 / kcal 17 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 2,6 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 1 g / Salz 1,01 g / BE 0,2	kJ 161 / kcal 38 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 2,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,41 g / BE 0,2	kJ 73 / kcal 17 / Fett 0,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 2,6 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 1 g / Salz 1,01 g / BE 0,2	kJ 159 / kcal 38 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 1,9 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 0,9 g / Salz 0,46 g / BE 0,2	
Dessert				
Apfel	Vanillepudding	Kiwi	Milchpudding Butterkeks	Keine Verpflegung
	Milch (Lactose)		Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	
kJ 255 / kcal 61 / Fett 0,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 14,4 g, davon Zucker 10,3 g / Eiweiß 0,3 g / Salz 0,00 g / BE 1,2	kJ 331 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1	kJ 192 / kcal 46 / Fett 0,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 9,0 g, davon Zucker 9,0 g / Eiweiß 0,7 g / Salz 0,00 g / BE 0,8	kJ 331 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1	
DE-ÖKO-003				