

# SPEISEKARTE



KW 19  
Dienstag

04.05.2026 bis  
Mittwoch

08.05.2026  
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch				
<p><b>Pizza Margherita mit Tomaten</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 747 / kcal 177 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 24,1g, davon Zucker 4,6g / Eiweiß 9,4g / Salz 0,89g / BE 2</p>	<p><b>Mie-Nudeln mit Sojabohnen- Mais-Paprika-Gemüse und Kokos-Currysauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>3</p> <p>kj 493 / kcal 118 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 2,3g / KH 15,1g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4g / Salz 1,26g / BE 1,3</p>	<p><b>Haferflocken-Gemüse-Rösti mit Rahmkohlrabi und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 582 / kcal 139 / Fett 6,1g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 15,7g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,14g / BE 1,3</p>	<p><b>Vollkornspirelli mit Tomatensauce und Erbsen, dazu Gouda</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 448 / kcal 107 / Fett 1,5g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 18,3g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,71g / BE 1,5</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
Vollkost				
<p><b>Lachswürfel in Sahnesauce mit Brokkoli und Langkornreis</b></p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 436 / kcal 104 / Fett 3,5g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 13,7g, davon Zucker 0,5g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,88g / BE 1,1</p>	<p><b>Hähnchen-Dönerteller mit Sour- Cream und Pommes</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p></p> <p>kj 472 / kcal 113 / Fett 3,2g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 13,1g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 7,4g / Salz 0,67g / BE 1,1</p>	<p><b>Spaghetti mit Rinderbolognese</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 478 / kcal 113 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 17,4g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 5g / Salz 1,09g / BE 1,4</p>	<p><b>Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p></p> <p>kj 473 / kcal 113 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 2,2g / KH 10,3g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,91g / BE 0,9</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Lachscurry mit Spirelli</b></p> <p>Fisch, Sojabohnen</p> <p>kj 425 / kcal 102 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 14,6g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 2,3g / Salz 1,09g / BE 1,2</p>	<p><b>Süßkartoffel Tikka Masala mit Langkornreis</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 425 / kcal 102 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 14,6g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 2,3g / Salz 1,09g / BE 1,2</p>	<p><b>Nudeln Bolognese</b></p> <p>kj 634 / kcal 152 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 25,1g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 5,2g / Salz 1,49g / BE 2,1</p>	<p><b>Rinderhaschee mit Karotten- Erbsengemüse und Reis</b></p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>kj 431 / kcal 103 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 16,3g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,38g / BE 1,4</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>

Nährwertangaben pro 100g

# SPEISEKARTE



KW 19

04.05.2026 bis  
Mittwoch

08.05.2026  
Donnerstag

Freitag

Montag

Dienstag

## Salat

<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p>kJ 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p><b>Blattsalat mit Zitronenvinaigrette</b></p> <p>kJ 174 / kcal 41 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2</p>	<p><b>Gurkensticks</b></p> <p>kJ 58 / kcal 13 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 1,8g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 0,7g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p><b>Gemischter Salat mit Joghurtdressing</b></p> <p>Milch (Lactose) 3 kJ 214 / kcal 50 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 3,7g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 1,3g / Salz 0,81g / BE 0,3</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
--	--	--	--	---------------------------------

## Dessert

<p><b>Milchpudding Butterkeks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose) kJ 333 / kcal 79 / Fett 1,5g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 13g, davon Zucker 10g / Eiweiß 3,1g / Salz 0,18g / BE 1,1</p>	<p><b>Fruchtjoghurt Pfirsich-Maracuja</b></p> <p>Milch (Lactose) kJ 451 / kcal 107 / Fett 3 g , davon ges. Fettsäuren 2 g / KH 16,5 g, davon Zucker 16,4 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,13 g / BE 1,4</p>	<p><b>Obstkorb</b></p> <p>kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>	<p><b>Pudding Karamell</b></p> <p>Milch (Lactose) kJ 553 / kcal 132 / Fett 6,0 g , davon ges. Fettsäuren 4,0 g / KH 17 g, davon Zucker 13 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,23 g / BE 1,4</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
--	--	---	---	---------------------------------

## DE-ÖKO-003

# SPEISEKARTE



**KW 20**  
Dienstag

**11.05.2026** bis  
Mittwoch

**15.05.2026**  
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch				
<p><b>Tortellini mit Tomaten-Karottenfüllung, dazu Tomatensauce und Erbsen</b></p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p>1</p> <p>kj 505 / kcal 121 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 19,7g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,1g / Salz 0,84g / BE 1,6</p>	<p><b>Schupfnudeln mit Käserahmsauce und Brokkoli</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p>kj 520 / kcal 125 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 17,8g, davon Zucker 2,8g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,97g / BE 1,5</p>	<p><b>Tomatensuppe mit Vollkornreis, dazu Weizenbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p>kj 538 / kcal 129 / Fett 4g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 19,3g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 3,5g / Salz 1,24g / BE 1,6</p>	<p><b>Grießbrei mit Apfelmus, vorweg Kartoffelrahmsuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 11</p> <p>kj 422 / kcal 101 / Fett 5,6g , davon ges. Fettsäuren 3g / KH 10,1g, davon Zucker 5,5g / Eiweiß 2,4g / Salz 0,27g / BE 0,8</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
Vollkost				
<p><b>Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p>kj 738 / kcal 176 / Fett 6,5g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 22,2g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 7g / Salz 1,38g / BE 1,8</p>	<p><b>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p> <p>1</p> <p>kj 457 / kcal 108 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 11,9g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,49g / BE 1</p>	<p><b>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8</p> <p>kj 394 / kcal 94 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 11,6g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5,7g / Salz 0,81g / BE 1</p>	<p><b>Rindergulasch mit Möhren und Spirelli</b></p> <p>Gluten (Weizen), Senf</p> <p>1</p> <p>kj 550 / kcal 132 / Fett 3,9g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 18,5g, davon Zucker 2g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,75g / BE 1,5</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce</b></p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p>1</p> <p>kj 475 / kcal 113 / Fett 3,8g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 15,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 3,4g / Salz 1,11g / BE 1,3</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>1</p> <p>kj 713 / kcal 170 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 28g , davon Zucker 1,9g / Eiweiß 7,8g / Salz 0,5g / BE 2,3</p>	<p><b>Bunter Gemüseeintopf</b></p> <p>1</p> <p>kj 190 / kcal 45 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 5,8g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 1g / Salz 1,03g / BE 0,5</p>	<p><b>Rindergulasch mit Gnocchi</b></p> <p>Eier, Senf</p> <p>1</p> <p>kj 514 / kcal 123 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 14,3g , davon Zucker 2,1g / Eiweiß 4,5g / Salz 1,28g / BE 1,2</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>

Nährwertangaben pro 100g

# SPEISEKARTE



**KW 20**  
Dienstag

**11.05.2026 bis**  
Mittwoch

**15.05.2026**  
Donnerstag

Freitag

Montag

Salat				
<b>Bunter Salat mit Balsamicodressing</b>	<b>Eisbergsalat mit Zitronenvinaigrette</b>	<b>Paprikasticks</b>	<b>Gemischter Salat mit Joghurtdressing</b>	<b>Keine Verpflegung</b>
Senf, Sulfid			Milch (Lactose)	
3			3	
kJ 127 / kcal 30 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 2,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,24g / BE 0,2	kJ 174 / kcal 41 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2	kJ 58 / kcal 13 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 1,8g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 0,7g / Salz 0g / BE 0,2	kJ 133 / kcal 31 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 2,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,26g / BE 0,2	
Dessert				
<b>Obstkorb</b>	<b>Milchpudding Vanille</b>	<b>Fruchtjoghurt Erdbeere</b>	<b>Buttermilchdessert Mango</b>	<b>Keine Verpflegung</b>
	Milch (Lactose)	Milch (Laktose)	Milch (Lactose)	
kJ 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2	kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 g , davon ges. Fettsäuren 1 g / KH 13 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 3,2 g / Salz 0,18 g / BE 1,1	kJ 451 / kcal 107 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 2g / KH 16,5g, davon Zucker 16,4g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,13g / BE 1,4	kJ 238 / kcal 56 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 8,9g, davon Zucker 7,8g / Eiweiß 1,4g / Salz 0,06g / BE 0,7	
DE-ÖKO-003				

# SPEISEKARTE



**KW 21**  
Dienstag

**18.05.2026** bis  
Mittwoch

**22.05.2026**  
Donnerstag

Freitag

Montag

Vegetarisch				
<p><b>Vollkornspirelli mit Linsen-Bolognese und Gouda, dazu Gurkensticks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>kj 517 / kcal 123 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20,1g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,91g / BE 1,7</p>	<p><b>Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Langkornreis</b></p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sellerie</p> <p>kj 550 / kcal 131 / Fett 4,4g , davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 18,4g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,29g / BE 1,5</p>	<p><b>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Würzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>kj 591 / kcal 142 / Fett 7,9g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 12,8g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,79g / BE 1,1</p>	<p><b>Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 373 / kcal 88 / Fett 4,1g , davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 9,6g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,49g / BE 0,8</p>	Keine Verpflegung
Vollkost				
<p><b>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 768 / kcal 183 / Fett 9,7g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,9g / Salz 1,06g / BE 1,5</p>	<p><b>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln</b></p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> kj 305 / kcal 73 / Fett 2,4 g , davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 9,1 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,54 g / BE 0,8</p>	<p><b>Mildes Lachscurry mit Paprika, Kokosmilch, dazu Brokkoli und Schmetterlingsnudeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Sojabohnen</p> <p>3  kj 544 / kcal 127 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 18,7g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 6g / Salz 0,56g / BE 1,6</p>	<p><b>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3,8  kj 661 / kcal 158 / Fett 5,3g , davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 21,1g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 5,8g / Salz 0,79g / BE 1,8</p>	Keine Verpflegung
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis</b></p> <p>kj 333 / kcal 80 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 11,9g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 1,14g / BE 1</p>	<p><b>Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis</b></p> <p>kj 547 / kcal 131 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 1,34g / BE 1,7</p>	<p><b>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</b></p> <p>3 kj 511 / kcal 122 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 20,8g, davon Zucker 9,7g / Eiweiß 1,2g / Salz 0,49g / BE 1,7</p>	<p><b>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Gnocchi</b></p> <p>Eier, Sellerie 1, 3, 8 kj 782 / kcal 187 / Fett 10,5 g , davon ges. Fettsäuren 4,0 g / KH 17,6 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,29 g / BE 1,5</p>	Keine Verpflegung

# SPEISEKARTE



**KW 21**

**18.05.2026 bis  
Mittwoch**

**22.05.2026**

**Donnerstag**

**Freitag**

**Montag**

**Dienstag**

## Salat

<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p><small>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</small></p>	<p><b>Gemischter Salat mit Joghurdressing</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3</p> <p><small>kj 144 / kcal 34 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 1,9g, davon Zucker 2g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,26g / BE 0,2</small></p>	<p><b>Bunter Salat mit Mais und American-Dressing</b></p> <p>Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p><small>kj 314 / kcal 75 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 7,1 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,27 g / BE 0,59</small></p>	<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p><small>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</small></p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
---	--	---	---	---------------------------------

## Dessert

<p><b>Milchpudding Schokolade</b></p> <p>Milch (Laktose)</p> <p><small>kj 350 / kcal 83 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 0,18 g / BE 1,2</small></p>	<p><b>Heidelbeerjoghurt</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p><small>kj 409 / kcal 97 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 2,1g / KH 12,9g, davon Zucker 12,1g / Eiweiß 3,9g / Salz 0,12g / BE 1,1</small></p>	<p><b>Obstkorb</b></p> <p><small>kj 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</small></p>	<p><b>Milchpudding Butterkeks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>kj 333 / kcal 79 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 13 g, davon Zucker 10,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,18 g / BE 1,1</small></p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
--	---	--	---	---------------------------------

## DE-ÖKO-003

# SPEISEKARTE



Montag

KW 22  
Dienstag

25.05.2026 bis  
Mittwoch




29.05.2026  
Donnerstag

Freitag

## Vegetarisch

<p><b>Mac and Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsenbasis), dazu Möhrensticks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>1</p> <p>kj 510 / kcal 122 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 2,2g / KH 17,8g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,75g / BE 1,5</p>	<p><b>American Pancakes mit Roter Grütze und Vanillesauce, vorweg Brokkolicremesuppe</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 687 / kcal 163 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 22,9g, davon Zucker 11,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,52g / BE 1,9</p>	<p><b>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes, dazu Salat mit Joghurtdressing</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3</p> <p>kj 514 / kcal 122 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 17,8g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,69g / BE 1,5</p>	<p><b>Spaghetti mit Paprika-Sellerie-Karotten-Bolognese, dazu Gouda</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Milch (Laktose)</p> <p>kj 491 / kcal 116 / Fett 3,4g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 16,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,6g / Salz 1,05g / BE 1,4</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
---	---	---	---	---------------------------------

## Vollkost

<p><b>Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 4,6g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 15,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 7,9g / Salz 1,05g / BE 1,3</p>	<p><b>Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</b></p> <p>Fisch, Gluten (Weizen)</p> <p></p> <p>kj 418 / kcal 99 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,6g / Salz 0,24g / BE 1,1</p>	<p><b>Bandnudeln und Tomatensauce, dazu Paprikasticks</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier</p> <p>kj 466 / kcal 111 / Fett 2,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 18,9g, davon Zucker 3g / Eiweiß 3,7g / Salz 0,54g / BE 1,6</p>	<p><b>Putenschnitzel-Burger mit Ketchup, dazu Pommes</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Sellerie, Senf, Sesam</p> <p></p> <p>kj 669 / kcal 159 / Fett 4g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 23,4g, davon Zucker 3,4g / Eiweiß 6,5g / Salz 0,52g / BE 2</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
---	--	--	---	---------------------------------

## Gluten-, Lactosefrei

<p><b>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</b></p> <p>kj 214 / kcal 51 / Fett 1,3g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 6,4g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,2g / Salz 1,46g / BE 0,5</p>	<p><b>Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis</b></p> <p>Senf, Sellerie</p> <p>kj 319 / kcal 76 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 9,1g, davon Zucker 22,3 / Eiweiß 5,5g / Salz 2,1g / BE 0,8</p>	<p><b>Nudeln a la Napoli</b></p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 1,8g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 26,9g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 2,9g / Salz 1,13g / BE 2,2</p>	<p><b>Linsen-Bolognese mit Gnocchi</b></p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>kj 540 / kcal 129 / Fett 2,4g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 22,8g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,8g / Salz 1,01g / BE 1,9</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
--	--	--	--	---------------------------------

Nährwertangaben pro 100g

# SPEISEKARTE



**KW 22**

**25.05.2026 bis  
Mittwoch**

**29.05.2026  
Donnerstag**

**Freitag**

**Montag**

**Dienstag**

## Salat

<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p></p> <p>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p><b>Bunter Salat mit Italian-Dressing</b></p> <p>Sulfit/Schwefeldioxid</p> <p>3</p> <p>kj 165 / kcal 39 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 1,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,45 g / BE 0,11</p>	<p><b>Gemüsesticks</b></p> <p></p> <p>kj 83 / kcal 20 / Fett 0,2g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 2,7g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 1g / Salz 0g / BE 0,2</p>	<p><b>Salat mit Zitronendressing</b></p> <p></p> <p>kj 174 / kcal 41 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 1,9g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 0,9g / Salz 0,16g / BE 0,2</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
--	---	--	--	---------------------------------

## Dessert

<p><b>Milchpudding Vanille</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 331 / kcal 78 / Fett 1,5g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 13g, davon Zucker 10g / Eiweiß 3,2g / Salz 0,18g / BE 1,1</p>	<p><b>Obstkorb</b></p> <p></p> <p>kj 271 / kcal 65 / Fett 0g , davon ges. Fettsäuren 0g / KH 14,4g, davon Zucker 13,2g / Eiweiß 0,3g / Salz 0g / BE 1,2</p>	<p><b>Buttermilchdessert Mango</b></p> <p>Milch</p> <p>kj 379 / kcal 91 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 12 g, davon Zucker 10 g / Eiweiß 2,6 g / Salz 0,13 g / BE 1,0</p>	<p><b>Fruchtjoghurt Erdbeere</b></p> <p>Milch (Laktose)</p> <p>kj 451 / kcal 107 / Fett 3g , davon ges. Fettsäuren 2g / KH 16,5g, davon Zucker 16,4g / Eiweiß 3,5g / Salz 0,13g / BE 1,4</p>	<p><b>Keine Verpflegung</b></p>
---	---	--	--	---------------------------------

## DE-ÖKO-003