

Speisekarte



Montag

KW 34
Dienstag

18.08.2025 bis
Mittwoch

22.08.2025
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Dillsauce und Erbsen, dazu Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 418 / kcal 100 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 13,0 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,52 g / BE 1,08</p>	<p>Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffeln</p> <p>Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 357 / kcal 85 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g / KH 8,8 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,48 g / BE 0,74</p>	<p>Bio-Linsentaler mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Senf, Sellerie</p> <p>kj 461 / kcal 110 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,7 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,64 g / BE 1,31</p>	<p>Bio-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p>kj 973 / kcal 232 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 34,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 9,7 g / Salz 0,39 g / BE 2,84</p>	<p>Vollkornreis mit Möhren und heller Gemüserahmsauce (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 425 / kcal 102 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 16,9 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 2,0 g / Salz 1,91 g / BE 1,41</p>
Vollkost				
<p>Paniertes Seelachsfilet mit Dillsauce und Erbsen, dazu Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Fische</p> <p></p> <p>kj 460 / kcal 110 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 13,8 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 5,5 g / Salz 0,51 g / BE 1,15</p>	<p>Eieromelette mit Rahmspinat und Kartoffeln</p> <p>Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 357 / kcal 85 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g / KH 8,8 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,48 g / BE 0,74</p>	<p>Putenfrikadelle mit Bratensauce, dazu Blumenkohl und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Senf</p> <p></p> <p>kj 453 / kcal 108 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 11,8 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 0,84 g / BE 0,99</p>	<p>Bio-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p>kj 973 / kcal 232 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,0 g / KH 34,1 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 9,7 g / Salz 0,39 g / BE 2,84</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kj 478 / kcal 114 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 17,0 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,65 g / BE 1,42</p>
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 0,40</p>	<p>Schmorgemüse Mediterrane Art, mit Kräuter-Maisgrieß</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 298 / kcal 71 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 7,3 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 1,24 g / BE 0,61</p>	<p>Nudeln a la Napoli</p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 26,9 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,13 g / BE 2,24</p>	<p>Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis</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 1,17</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und 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 1,49</p>
DE-ÖKO-003				