

Speisekarte



Montag

KW 38
Dienstag

15.09.2025 bis
Mittwoch

19.09.2025
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Tomatenreis</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>kj 527 / kcal 126 / Fett 6,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 11,6 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 1,20 g / BE 0,97</small></p>	<p>Vegetarische Currywurst mit Potatoes-Wedges</p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sellerie</p> <p><small>kj 600 / kcal 143 / Fett 6,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 15,7 g, davon Zucker 3,6 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 1,07 g / BE 1,31</small></p>	<p>Spaghetti mit Gemüse-Bolognese, dazu Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Sojabohnen</p> <p><small>kj 638 / kcal 152 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 22,5 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 5,5 g / Salz 0,88 g / BE 1,87</small></p>	<p>Bio-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p><small>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</small></p>	<p>Vollkornreis mit Möhren und heller Gemüserahmsauce (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>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</small></p> <p></p>
Vollkost				
<p>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Sour Cream und Tomatenreis</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>kj 527 / kcal 126 / Fett 6,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 11,6 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 1,20 g / BE 0,97</small></p>	<p>Vegetarische Currywurst mit Potatoes-Wedges</p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sellerie</p> <p><small>kj 600 / kcal 143 / Fett 6,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 15,7 g, davon Zucker 3,6 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 1,07 g / BE 1,31</small></p>	<p>Spaghetti mit Gemüse-Bolognese, dazu Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Sojabohnen</p> <p><small>kj 638 / kcal 152 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 22,5 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 5,5 g / Salz 0,88 g / BE 1,87</small></p>	<p>Bio-Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p><small>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</small></p> <p> </p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</p> <p><small>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</small></p>	<p>Schmorgemüse Mediterrane Art, mit Kräuter-Maisgrieß</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>	<p>Nudeln a la Napoli</p> <p><small>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</small></p>	<p>Grillgemüse in Tomatensauce mit Paprika-Langkornreis</p> <p><small>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</small></p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>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</small></p>
DE-ÖKO-003				

Nährwerte pro 100 g