

KW 8
Dienstag

16.02.2026 bis
Mittwoch

20.02.2026
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch						
Bio-Gemüse-Gulasch mit Bio-Rotkohl und Vollkornspirelli	Gluten (Weizen)	Bratwurst auf Erbsenbasis mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Ravioli mit Käse-Basilikum-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität)	Eieromelette mit Rahmspinat und Salzkartoffeln	Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Blattsalat und Joghurtdressing	
		Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier	 KJ 656 / kcal 157 / Fett 8,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 5,8 g / Salz 0,57 g / BE 1,20	Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)	Eier, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Milch (Lactose), Sellerie
			KJ 574 / kcal 137 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 19,6 g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 4,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,47	KJ 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	KJ 374 / kcal 89 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 9,0 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,46 g / BE 0,75	1, 3
Vollkost						
Rindergulasch mit Rotkohl und Vollkornspirelli	Gluten (Weizen), Senf	Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree	Ravioli mit Käse-Basilikum-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen (alles in Bio-Qualität)	Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln	Kartoffel-Gemüse-Gratin mit Blattsalat und Joghurtdressing	
		Milch (Lactose)	 8	Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)	Fisch, Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Milch (Lactose), Sellerie
			KJ 569 / kcal 136 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 18,9 g, davon Zucker 1,0g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,72 g / BE 1,57	KJ 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	KJ 455 / kcal 109 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 12,5 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,37 g / BE 1,04	1, 3
Gluten-, Lactosefrei						
Rinderbraten in brauner Sauce, dazu Apfelrotkohl und Salzkartoffeln		Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi	Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce	Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis	Bunter Gemüseintopf	
		Senf	Eier, Sojabohnen	Sojabohnen		
	KJ 366 / kcal 88 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g, KH 9,0 g, davon Zucker 3,1g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,93 g / BE 0,75	KJ 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g, KH 14,4 g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,20	KJ 875 / kcal 209 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 30,9 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,43 g / BE 2,57	KJ 780 / kcal 186 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 28,6 g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 9,4 g / Salz 0,86 g / BE 2,39	KJ 185 / kcal 44 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g, KH 5,8 g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 1,0 g / Salz 1,03 g / BE 0,49	
DE-ÖKO-003						