

SPEISEKARTE



Montag	KW 26 Dienstag	22.06.2026 Mittwoch	bis 26.06.2026 Donnerstag	Freitag
Vegetarisch				
Frikassee auf Erbsenbasis mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose)	Falafelbällchen mit Rahmgemüse und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)	Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)	Fusilli mit Tomatensauce, dazu Gemüsesticks (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen) 	Gemüse-Burger mit Ketchup, dazu Pommes Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam
kJ 438 / kcal 105 / Fett 2g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 16,5g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 5g / Salz 0,98g / BE 1,4	kJ 596 / kcal 142 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 21,6g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 5,1g / Salz 0,99g / BE 1,8	kJ 422 / kcal 101 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,49g / BE 1,1	kJ 484 / kcal 115 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 21,9 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,54 g / BE 1,8	kJ 664 / kcal 158 / Fett 4,2g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 25g, davon Zucker 3,6g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,69g / BE 2,1
Vollkost				
Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis Milch (Lactose) 	Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf 	Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln Fisch, Gluten (Weizen) 	Fusilli mit Tomatensauce, dazu Gemüsesticks (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen) 	Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam 
kJ 450 / kcal 107 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 16g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 5,3g / Salz 0,82g / BE 1,3	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	kJ 422 / kcal 101 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,1g / Eiweiß 4,7g / Salz 0,49g / BE 1,1	kJ 484 / kcal 115 / Fett 1,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 21,9 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,54 g / BE 1,8	kJ 639 / kcal 152 / Fett 4 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,8 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,58 g / BE 1,9
Gluten-, Lactosefrei				
Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis Sojabohnen	Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln	Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis Senf, Sellerie	Nudeln a la Napoli	Linsen-Bolognese mit Gnocchi Eier, Sellerie
kJ 422 / kcal 101 / Fett 2,3g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 15,9g, davon Zucker 0,4g / Eiweiß 4g / Salz 0,99g / BE 1,3	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	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	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	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
DE-ÖKO-003				