

# SPEISEKARTE



Montag

**KW 23**  
Dienstag

**01.06.2026**  
Mittwoch

bis

**05.06.2026**  
Donnerstag

Vegetarisch			
<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>Köttbullar aus Weizenprotein in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sojabohnen</p> <p>kj 438 / kcal 104 / Fett 4,9g , davon ges. Fettsäuren 1g / KH 10,4g, davon Zucker 2,1g / Eiweiß 4,1g / Salz 1,03g / BE 0,9</p>	<p><b>Falafel-Dönerteller mit Sour Cream und Pommes</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 19,5g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,55g / BE 1,6</p>	<p><b>Feiertag</b></p>
Vollkost			
<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>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>Hähnchen-Dönerteller mit Sour-Cream und Pommes</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3 </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>Feiertag</b></p>
Gluten-, Lactosefrei			
<p><b>Maisgrießbrei mit Kirschragout</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 407 / kcal 97 / Fett 3,3g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 15,4g, davon Zucker 9,3g / Eiweiß 1g / Salz 0,07g / BE 1,3</p>	<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>Feiertag</b></p>
<b>DE-ÖKO-003</b>			

Nährwerte pro 100 g

# SPEISEKARTE



Montag


**KW 24**  
Dienstag

**08.06.2026**  
Mittwoch

bis

**12.06.2026**  
Donnerstag

## Vegetarisch

<p><b>Currywurst auf Erbsenbasis mit Pommes</b></p> <p>Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 439 / kcal 105 / Fett 2,9g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 14,6g, davon Zucker 3,5g / Eiweiß 4,6g / Salz 1,55g / BE 1,2</p>	<p><b>Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 570 / kcal 135 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 21,7g, davon Zucker 3,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,95g / BE 1,8</p>	<p><b>Couscousbratling mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 433 / kcal 103 / Fett 4,1 g , davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 13,7 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 2,4 g / Salz 0,71 g / BE 1,1</p>	<p><b>Nuggets auf Milchbasis mit Brokkoli und Kartoffelpüree</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 435 / kcal 104 / Fett 3,1g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 12,3g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 6,2g / Salz 0,87g / BE 1</p>
--	---	--	---

## Vollkost

<p><b>Geflügel-Currywurst mit Pommes</b></p> <p>Senf</p> <p>8 </p> <p>kJ 491 / kcal 118 / Fett 4,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 13,3g, davon Zucker 3,3g / Eiweiß 5,4g / Salz 0,63g / BE 1,1</p>	<p><b>Ravioli mit Ricotta-Spinat-Füllung, dazu Tomatensauce und Erbsen</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 570 / kcal 135 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 21,7g, davon Zucker 3,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,95g / BE 1,8</p>	<p><b>Seelachs-Fischstäbchen mit Rahmspinat und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 455 / kcal 108 / Fett 3,5g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 12,4g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,79g / 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>
--	--	---	--

## Gluten-, Lactosefrei

<p><b>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce, dazu Risi Bisi</b></p> <p>Senf</p> <p>1</p> <p>kJ 547 / kcal 131 / Fett 5g , davon ges. Fettsäuren 1,2g / KH 14,4g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 6,5g / Salz 1,09g / BE 1,2</p>	<p><b>Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce</b></p> <p>Eier, Sojabohnen</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>kJ 713 / kcal 170 / Fett 2,7 g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 28 g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 7,8g / Salz 0,5g / BE 2,3</p>	<p><b>Bunter Gemüseintopf</b></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>
--	---	--	---

DE-ÖKO-003

# SPEISEKARTE



Montag

KW 25  
Dienstag

15.06.2026  
Mittwoch

bis

19.06.2026  
Donnerstag

Vegetarisch			
<p><b>Bio-Paprikarahmsauce mit Makkaroni</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 529 / kcal 127 / Fett 2,8g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 20,8g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 3,6g / Salz 0,82g / BE 1,7</p>	<p><b>Käseknöpfe mit Röstzwiebeln</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p> kj 750 / kcal 180 / Fett 8,8g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18,4g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 6,6g / Salz 0,99g / BE 1,5</p>	<p><b>Mildes Curry mit Tomaten-Kokossauce und Veggiestreifen, dazu Möhren und Salzkartoffeln</b></p> <p>1</p> <p>kj 399 / kcal 96 / Fett 2,0 g , davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,9 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 0,67 g / BE 1,2</p>	<p><b>Vegetarische Carbonara mit Tofu und Brokkoli, dazu Schmetterlingsnudeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p>kj 455 / kcal 109 / Fett 2,1g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 18g, davon Zucker 1,4g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,9g / BE 1,5</p>
Vollkost			
<p><b>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Makkaroni</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>3, 8 </p> <p>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>	<p><b>Käseknöpfe mit Röstzwiebeln</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p> kj 750 / kcal 180 / Fett 8,8g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18,4g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 6,6g / Salz 0,99g / BE 1,5</p>	<p><b>Gebratene Putenstreifen in Gemüserahmsauce mit Möhren und Salzkartoffeln</b></p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></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 </p> <p>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>
Gluten-, Lactosefrei			
<p><b>Kräftiger Kartoffeleintopf</b></p> <p>Sellerie</p> <p>kj 249 / kcal 60 / Fett 2,1g , davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 8,9g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 1,1g / Salz 0,93g / BE 0,7</p>	<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</p> <p>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>
DE-ÖKO-003			

# SPEISEKARTE



Montag


KW 26  
Dienstag

22.06.2026  
Mittwoch





bis

26.06.2026  
Donnerstag

## Vegetarisch

<p><b>Frikassee auf Erbsenbasis mit Möhren und Vollkornreis</b></p> <p>Milch (Lactose)</p>	<p><b>Falafelbällchen mit Rahmgemüse und Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p>	<p><b>Paniertes Schnitzel auf Milchbasis mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)</p>	<p><b>Fusilli mit Tomatensauce, dazu Gemüsesticks</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen)</p> 
<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>

## Vollkost

<p><b>Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> 	<p><b>Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> 	<p><b>Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</b></p> <p>Fisch, Gluten (Weizen)</p> 	<p><b>Fusilli mit Tomatensauce, dazu Gemüsesticks</b> (alles in Bio-Qualität)</p> <p>Gluten (Weizen)</p> 
<p>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</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>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</p>	<p>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</p>

## Gluten-, Lactosefrei

<p><b>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</b></p> <p>Sojabohnen</p>	<p><b>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</b></p>	<p><b>Hähnchenstreifen in Paprikasauce, dazu Langkornreis</b></p> <p>Senf, Sellerie</p>	<p><b>Nudeln a la Napoli</b></p>
<p>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</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>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>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>

## DE-ÖKO-003