

Montag

KW 41
Dienstag

06.10.2025
Mittwoch

bis

10.10.2025
Donnerstag

Freitag

Vegetarisch				
Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Schwefeldioxid/Sulfite 3 kJ 550 / kcal 131 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 17,5 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,20 g / BE 1,45	Gemüse-Burger mit Ketchup, dazu Ofen-Pommes Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam kJ 594 / kcal 142 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 21,3 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,68 g / BE 1,78	Vegetarische Soljanka mit Makkaroni Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen kJ 676 / kcal 161 / Fett 4,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 23,2 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 11,42 g / BE 1,94	Vegetarische Carbonara mit Tofu und Brokkoli, dazu bunte Schmetterlingsnudeln Gluten (Weizen), Sojabohnen kJ 498 / kcal 119 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 19,1 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,97 g / BE 1,59	Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Basmatireis (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Dinkel)  kJ 563 / kcal 135 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 25,2 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,04 g / BE 2,1
Vollkost				
Kartoffelpuffer mit Apfelmus Eier, Schwefeldioxid/Sulfite 3 kJ 550 / kcal 131 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 3,4 g / KH 17,5 g, davon Zucker 3,7 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,20 g / BE 1,45	Rindfleischburger mit Ketchup, dazu Ofen-Pommes Gluten (Weizen), Sellerie, Senf, Sesam  kJ 758 / kcal 181 / Fett 6,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 24,6 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 6,2 g / Salz 0,85 g / BE 2,05	Vegetarische Soljanka mit Makkaroni Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen kJ 676 / kcal 161 / Fett 4,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 23,2 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 11,42 g / BE 1,94	Vegetarische Carbonara mit Tofu und Brokkoli, dazu bunte Schmetterlingsnudeln Gluten (Weizen), Sojabohnen kJ 498 / kcal 119 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 19,1 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,97 g / BE 1,59	Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Basmatireis (alles in Bio-Qualität) Gluten (Weizen, Dinkel)  kJ 563 / kcal 135 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 25,2 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,04 g / BE 2,1
Gluten-, Lactosefrei				
Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus 3 kJ 511 / kcal 122 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,8 g, davon Zucker 9,7 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,49 g / BE 1,73	Linsen-Bolognese mit Gnocchi Eier, Sellerie kJ 541 / kcal 129 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 22,8 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 1,01 g / BE 1,90	Rinderhaschee mit Karotten-Erbsengemüse und Reis Sojabohnen, Sellerie, Senf kJ 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,44	Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis kJ 544 / kcal 130 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 20,0 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,34 g / BE 1,67	Kräftiger Kartoffeleintopf Sellerie kJ 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,57
DE-ÖKO-003				