











Menüplan vom 04.12.2023 bis 08.12.2023

KW 49	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zertifiziert	Fruchtige Tomatensoße mit Basilikum & Parmesan, Vollkornspiralen (G, Lak, Sel, Wz) Energie 326,9 kcal, 1367,9 kJ, Eiweiß 11,5 g, Kohlenhydrate 54,4 g, Zucker 7,09 g, Fett 5,68 g, Gesättigte Fettsäuren 688 mg, Ballaststoffe 4,26 g, Salz 748 mg 	*Cheeseburger* Rindfleisch & Gouda im Sesambrotchen Kartoffeltwister (Ei, G, Lak, Sch, Sel, Sen, Ses, Wz) Energie 530,3 kcal, 2218,6 kJ, Eiweiß 26,9 g, Kohlenhydrate 50,7 g, Zucker 5,62 g, Fett 23,0 g, Gesättigte Fettsäuren 11,3 g, Ballaststoffe 3,83 g, Salz 2,08 g 	Karotten-Kokossuppe *** Pfannkuchen mit Vanillesoße (Ei, G, Lak, Sch, Wz) Energie 381,2 kcal, 1594,8 kJ, Eiweiß 12,8 g, Kohlenhydrate 52,8 g, Zucker 11,1 g, Fett 12,3 g, Gesättigte Fettsäuren 4,74 g, Ballaststoffe 2,44 g, Salz 910 mg 	Gefüllte Zucchini mit Vollkornreis und Tomatensoße (Hü, Lak, Sel) Energie 387,0 kcal, 1619,0 kJ, Eiweiß 8,18 g, Kohlenhydrate 47,1 g, Zucker 4,60 g, Fett 17,4 g, Gesättigte Fettsäuren 3,93 g, Ballaststoffe 3,57 g, Salz 730 mg 	Fischstäbchen Rahmerbsen und Kartoffelstampf (Ei, F, G, Lak, Wz) Energie 469,0 kcal, 1962,3 kJ, Eiweiß 18,3 g, Kohlenhydrate 36,6 g, Zucker 6,70 g, Fett 26,5 g, Gesättigte Fettsäuren 6,17 g, Ballaststoffe 5,01 g, Salz 1,21 g 
Veggi	Käsespätzle mit Röstzwiebeln (Ei, G, Lak, Wz) Energie 527,4 kcal, 2206,6 kJ, Eiweiß 25,4 g, Kohlenhydrate 42,0 g, Zucker 12,9 g, Fett 25,8 g, Gesättigte Fettsäuren 8,43 g, Ballaststoffe 11,2 g, Salz 2,45 g 	*Cheeseburger* Erbsenbratling & Gouda im Sesambrotchen Kartoffeltwister (Ei, G, Hü, Lak, Sel, Sen, Ses, Wz) Energie 549,7 kcal, 2299,8 kJ, Eiweiß 20,2 g, Kohlenhydrate 79,2 g, Zucker 8,09 g, Fett 14,0 g, Gesättigte Fettsäuren 5,35 g, Ballaststoffe 9,26 g, Salz 2,05 g 	Pfannkuchen mit Champignonrahm (Ei, G, Lak, Sch, Wz) Energie 555,8 kcal, 2325,3 kJ, Eiweiß 16,7 g, Kohlenhydrate 52,6 g, Zucker 8,17 g, Fett 30,1 g, Gesättigte Fettsäuren 8,59 g, Ballaststoffe 4,02 g, Salz 1,27 g 	Zartweizen Bowl mit Brokkoli, Blumenkohl und Joghurt dip (G, Hü, Lak, Sel, Wz) Energie 411,4 kcal, 1721,1 kJ, Eiweiß 14,0 g, Kohlenhydrate 51,4 g, Zucker 8,23 g, Fett 14,6 g, Gesättigte Fettsäuren 2,12 g, Ballaststoffe 6,88 g, Salz 657 mg 	Bratling von Mandelbrokkoli & Maisgrieß und Tomatensoße (Ei, G, Lak, Man, Sch, Wz) Energie 267,9 kcal, 1120,7 kJ, Eiweiß 8,67 g, Kohlenhydrate 28,1 g, Zucker 7,43 g, Fett 12,2 g, Gesättigte Fettsäuren 1,26 g, Ballaststoffe 4,93 g, Salz 705 mg 
Dessert	Obstauswahl Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg	Schokoquark (Lak) Energie 83,3 kcal, 348,5 kJ, Eiweiß 8,02 g, Kohlenhydrate 4,75 g, Zucker 4,43 g, Fett 3,28 g, Gesättigte Fettsäuren 1,85 g, Ballaststoffe 380 mg, Salz 65,8 mg	Apfel Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 12,9 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 251 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg	Streuselkuchen Energie 125,9 kcal, 526,8 kJ, Eiweiß 3,65 g, Kohlenhydrate 23,3 g, Zucker 23,3 g, Fett 1,60 g, Gesättigte Fettsäuren 960 mg, Ballaststoffe 0,00 µg, Salz 114 mg	Obstauswahl Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg

DE-RP-022-05221-B :

Wir verwenden nur Penne, Spirelli, Spaghetti, Hörnchen, Macaroni, Tortellini, Ravioli, Lasagne, Farfalle, tricolore, Vollkornspiralen, Vollkornspaghetti, Mie-Nudeln, Tofu natur und geräuchert, Sojagranulat sowie Natur-, Rundkorn-, Basmati- und paroled Reis in Bio-Qualität. Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.



Dies Zertifizierte Linie entsprechen dem Qualitäts-standard für die Schulverpflegung vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ

Zusatzstoffe: F-mit Phosphat.

Allergene: -kann Gluten enthalten, Ei-Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, G-Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, Lak-Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), Man-Mandel und daraus gewonnene Erzeugnisse, Sch-Schalenfrüchte, sowie daraus gewonnene Erzeugnisse, Sel-Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, Wz-Weizen.

Menüplan vom 11.12.2023 bis 15.12.2023

KW 50	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zertifiziert	<p>Tortellini mit Gemüsefüllung in Tomatensoße (Ei, G, Sel, Wz)</p> <p>Energie 294,7 kcal, 1233,0 kJ, Eiweiß 9,48 g, Kohlenhydrate 34,3 g, Zucker 10,9 g, Fett 12,0 g, Gesättigte Fettsäuren 1,23 g, Ballaststoffe 4,74 g, Salz 1,02 g</p>	<p>Kartoffelsuppe mit Gemüseeinlage und Vollkornbrötchen (Di, G, Hü, Sel, So, Wz)</p> <p>Energie 301,7 kcal, 1262,2 kJ, Eiweiß 11,0 g, Kohlenhydrate 33,5 g, Zucker 7,24 g, Fett 11,4 g, Gesättigte Fettsäuren 5,43 g, Ballaststoffe 9,61 g, Salz 1,27 g</p>	<p>Wildlachsfilet mit Ratatouille und Parboiled Reis (F)</p> <p>Energie 403,1 kcal, 1686,7 kJ, Eiweiß 20,7 g, Kohlenhydrate 40,7 g, Zucker 9,08 g, Fett 16,4 g, Gesättigte Fettsäuren 2,03 g, Ballaststoffe 3,82 g, Salz 1,41 g</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Champignons dazu Röstitaler (G, Lak, Sen, Wz)</p> <p>Energie 558,8 kcal, 2337,9 kJ, Eiweiß 15,2 g, Kohlenhydrate 42,9 g, Zucker 5,73 g, Fett 35,0 g, Gesättigte Fettsäuren 14,4 g, Ballaststoffe 4,37 g, Salz 1,15 g</p>	<p>Cous Cous mit Zucchini, Paprika, Kichererbsen, Falafelbällchen und Minzdip (G, Hü, Sel, Wz)</p> <p>Energie 361,9 kcal, 1514,3 kJ, Eiweiß 16,4 g, Kohlenhydrate 62,5 g, Zucker 6,47 g, Fett 2,98 g, Gesättigte Fettsäuren 14,4 g, Ballaststoffe 7,34 g, Salz 712 mg</p>
Veggi	<p>Tortellini mit Gemüsefüllung in Schnittlauchsoße (Ei, G, Lak, Sel, So, Wz)</p> <p>Energie 327,6 kcal, 1370,7 kJ, Eiweiß 8,77 g, Kohlenhydrate 28,8 g, Zucker 5,42 g, Fett 19,1 g, Gesättigte Fettsäuren 5,45 g, Ballaststoffe 3,18 g, Salz 663 mg</p>	<p>Klare Gemüsebrühe mit Mais, grüne Bohnen, Kartoffeln & Vollkornbrötchen (Di, G, Hü, Sel, Wz)</p> <p>Energie 193,0 kcal, 807,3 kJ, Eiweiß 8,21 g, Kohlenhydrate 32,0 g, Zucker 5,39 g, Fett 2,34 g, Gesättigte Fettsäuren 358 mg, Ballaststoffe 4,18 g, Salz 2,54 g</p>	<p>Ebly-Gemüsepfanne mit Paprika, Kirschtomaten und Hirtenkäse (G, Lak, Wz)</p> <p>Energie 347,8 kcal, 1455,1 kJ, Eiweiß 11,3 g, Kohlenhydrate 36,1 g, Zucker 4,28 g, Fett 15,4 g, Gesättigte Fettsäuren 5,53 g, Ballaststoffe 9,27 g, Salz 963 mg</p>	<p>Kartoffelgratin mit gebackenen Blumenkohl (Lak)</p> <p>Energie 406,4 kcal, 1700,5 kJ, Eiweiß 13,5 g, Kohlenhydrate 24,4 g, Zucker 6,19 g, Fett 27,2 g, Gesättigte Fettsäuren 14,4 g, Ballaststoffe 3,43 g, Salz 957 mg</p>	<p>Spaghetti mit Tomatensoße und Reibekäse (G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 484,5 kcal, 2027,3 kJ, Eiweiß 18,9 g, Kohlenhydrate 57,0 g, Zucker 14,7 g, Fett 18,1 g, Gesättigte Fettsäuren 2,49 g, Ballaststoffe 7,13 g, Salz 1,67 g</p>
Dessert	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Milchreis mit Zimt und Zucker (Lak)</p> <p>Energie 100,5 kcal, 420,4 kJ, Eiweiß 3,02 g, Kohlenhydrate 16,7 g, Zucker 5,94 g, Fett 2,18 g, Gesättigte Fettsäuren 1,43 g, Ballaststoffe 300 mg, Salz 108 mg</p>	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Vanilleuqark (Lak)</p> <p>Energie 135,4 kcal, 566,3 kJ, Eiweiß 10,0 g, Kohlenhydrate 7,78 g, Zucker 7,78 g, Fett 6,88 g, Gesättigte Fettsäuren 4,01 g, Ballaststoffe 136 mg, Salz 87,5 mg</p>	<p>Apfel</p> <p>Energie 81,0 kcal, 338,9 kJ, Eiweiß 425 mg, Kohlenhydrate 17,9 g, Zucker 12,9 g, Fett 61,3 mg, Gesättigte Fettsäuren 251 mg, Ballaststoffe 2,51 g, Salz 3,13 mg</p>

DE-RP-022-05221-B :

Wir verwenden nur Penne, Spirelli, Spaghetti, Hörnchen, Maccaroni, Tortellini, Ravioli, Lasagne, Farfalle, tricolore, Vollkornspiralen, Vollkornspaghetti, Mie-Nudeln, Tofu natur und geräuchert, Sojagranulat sowie Natur-, Rundkorn-, Basmati- und paroled Reis in Bio-Qualität. Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.













Dies Zertifizierte Linie entsprechen dem Qualitäts-standard für die Schulverpflegung vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ

Zusatzstoffe: F-mit Phosphat.

Allergene: -kann Gluten enthalten, Di-Dinkel, Ei-Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, G-Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, Lak-Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), Sen-Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, Wz-Weizen.

Menüplan vom 18.12.2023 bis 22.12.2023

KW 51	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zertifiziert	<p>Schlemmerfilet Bordelaise Salzkartoffeln, Rahmlauchgemüse (Ei, F, G, Lak, Sen, Wz)</p> <p>Energie 451,3 kcal, 1888,0 kJ, Eiweiß 19,3 g, Kohlenhydrate 33,6 g, Zucker 4,65 g, Fett 25,4 g, Gesättigte Fettsäuren 5,15 g, Ballaststoffe 4,40 g, Salz 1,46 g</p> 	<p>Rindfleisch Gulaschsuppe mit Paprika Vollkornbrötchen (Di, G, Sel, So, Wz)</p> <p>Energie 343,2 kcal, 1435,9 kJ, Eiweiß 14,2 g, Kohlenhydrate 25,5 g, Zucker 8,33 g, Fett 19,2 g, Gesättigte Fettsäuren 4,47 g, Ballaststoffe 5,65 g, Salz 1,76 g</p> 	<p>Pilaw (Reispfanne) Vegetarisch mit Karotte, Sellerie und Lauch (Lak, Sel)</p> <p>Energie 754,2 kcal, 3155,4 kJ, Eiweiß 12,2 g, Kohlenhydrate 121 g, Zucker 8,72 g, Fett 22,5 g, Gesättigte Fettsäuren 2,26 g, Ballaststoffe 7,00 g, Salz 1,57 g</p> 	<p>Reis-Zucchini-Bratling Paprikagemüse Tomatensoße (Ei, G, Lak, Sel)</p> <p>Energie 324,5 kcal, 1357,7 kJ, Eiweiß 15,6 g, Kohlenhydrate 30,6 g, Zucker 8,33 g, Fett 13,7 g, Gesättigte Fettsäuren 6,21 g, Ballaststoffe 5,47 g, Salz 570 mg</p> 	<p>Vegetarischer "Moussaka" Auflauf Kartoffel Tomaten & Hirtenkäse (Lak, Sel)</p> <p>Energie 467,9 kcal, 1957,8 kJ, Eiweiß 17,6 g, Kohlenhydrate 46,7 g, Zucker 20,2 g, Fett 21,0 g, Gesättigte Fettsäuren 3,30 g, Ballaststoffe 9,14 g, Salz 1,22 g</p> 
Veggi	<p>Wrap mit Soja Kidneybohnen, Mais, Paprika und Tomatensoße (G, Hü, Lak, Sel, So, Wz)</p> <p>Energie 512,1 kcal, 2142,8 kJ, Eiweiß 27,3 g, Kohlenhydrate 61,5 g, Zucker 11,8 g, Fett 13,9 g, Gesättigte Fettsäuren 2,54 g, Ballaststoffe 14,2 g, Salz 2,16 g</p> 	<p>Tomatensuppe *** Germknödel mit Marillenfüllung & Vanillesoße (Ei, G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 590,2 kcal, 2469,5 kJ, Eiweiß 17,9 g, Kohlenhydrate 67,9 g, Zucker 27,0 g, Fett 25,7 g, Gesättigte Fettsäuren 6,09 g, Ballaststoffe 6,81 g, Salz 1,29 g</p> 	<p>Gemüsepfanne mit Paprika, Zucchini, Kirschtomaten & gebackener Hirtenkäse dazu Baguettescheiben (Ei, G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 592,3 kcal, 2478,2 kJ, Eiweiß 22,1 g, Kohlenhydrate 57,1 g, Zucker 12,5 g, Fett 28,3 g, Gesättigte Fettsäuren 11,7 g, Ballaststoffe 8,09 g, Salz 2,88 g</p> 	<p>Pellkartoffel mit Kräuterquark (Lak)</p> <p>Energie 208,5 kcal, 872,4 kJ, Eiweiß 13,4 g, Kohlenhydrate 34,1 g, Zucker 4,77 g, Fett 500 mg, Gesättigte Fettsäuren 279 mg, Ballaststoffe 2,58 g, Salz 498 mg</p> 	<p>Vollkorn-Nudelaufwurf mit Erbsen und Karotten in Tomatensoße mit Käse überbacken (G, Lak, Sel, Wz)</p> <p>Energie 380,1 kcal, 1590,3 kJ, Eiweiß 17,1 g, Kohlenhydrate 41,0 g, Zucker 9,24 g, Fett 14,2 g, Gesättigte Fettsäuren 2,80 g, Ballaststoffe 8,57 g, Salz 1,36 g</p> 
Dessert	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Schokopudding (Lak)</p> <p>Energie 94,9 kcal, 397,0 kJ, Eiweiß 2,80 g, Kohlenhydrate 12,9 g, Zucker 9,17 g, Fett 3,47 g, Gesättigte Fettsäuren 2,22 g, Ballaststoffe 125 mg, Salz 97,5 mg</p>	<p>Obstauswahl</p> <p>Energie 64,8 kcal, 271,1 kJ, Eiweiß 340 mg, Kohlenhydrate 14,4 g, Zucker 13,2 g, Fett 49,0 mg, Gesättigte Fettsäuren 20,0 mg, Ballaststoffe 2,01 g, Salz 2,50 mg</p>	<p>Joghurt mit Honig (Lak)</p> <p>Energie 131,7 kcal, 551,0 kJ, Eiweiß 4,13 g, Kohlenhydrate 18,9 g, Zucker 18,6 g, Fett 3,96 g, Gesättigte Fettsäuren 1,04 g, Ballaststoffe 573 mg, Salz 90,3 mg</p>

DE-RP-022-05221-B :

Wir verwenden nur Penne, Spirelli, Spaghetti, Hörnchen, Maccaroni, Tortellini, Ravioli, Lasagne, Farfalle, tricolore, Vollkornspiralen, Vollkornspaghetti, Mie-Nudeln, Tofu natur und geräuchert, Sojagranulat sowie Natur-, Rundkorn-, Basmati- und paroled Reis in Bio-Qualität. Dies wird von der Kontrollstelle (DE-ÖKO-022) überprüft.



Dies Zertifizierte Linie entsprechen dem Qualitäts-standard für die Schulverpflegung vom Prüf- & Zertifizierungs-Institut Dr. KAUTZ

Zusatzstoffe: F-mit Phosphat.

Allergene: -kann Gluten enthalten, Di-Dinkel, Ei-Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, G-Glutenhaltiges Getreide, sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, Lak-Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), Man-Mandel und daraus gewonnene Erzeugnisse, Sch-Schalenfrüchte, sowie daraus gewonnene Erzeugnisse, So-Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse, Wz-Weizen.