

## Speisekarte KW 16

Aufgrund der aktuellen Marktlage und den damit z.T. verbundenen Lieferengpässen, kann es vereinzelt zu Abweichungen der Menübestandteile kommen. Wir bitten daher um Ihr Verständnis.

Für die Woche vom:

17.04.2023

21.04.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Vegetarisch</b>	 <b>Bio-Nudeln in Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce, dazu Bio-Reibekäse</b> Gluten (Weizen), Milch(Lactose)	<b>Vollkornnudeln mit Gemüsecarbonara</b> Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	 <b>Romanesco-Knöpfele-Gemüsepfanne</b> Milch (Lactose), Sellerie, Schwefeldioxid/Sulphit	 <b>Tortellini mit vegetarischer Füllung auf fruchtigem Zucchini-Tomatengemüse</b> Gluten (Weizen), Sellerie	  <b>Vegetarischer Bio-Gemüseintopf, dazu ein Bio-Körnerbrötchen</b> Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer),
	KJ 262 / kcal 63 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g KH 9,8 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 1,01 g / BE 0,8	KJ 525 / kcal 125 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 20,8 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 1,25 g / BE 1,7	KJ 285 / kcal 68 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g KH 7,6 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 2,1 g / Salz 0,91 g / BE 0,6	KJ 547 / kcal 131 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 20,4 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 0,88 g / BE 1,7	KJ 312 / kcal 75 / Fett 1,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g KH 12,6 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 2,7 g / Salz 1,34 g / BE 1,1
<b>Vollkost</b>	  <b>Bio-Rindfleisch-Tortelloni mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce</b> Gluten(Weizen)	  <b>Bunte Lachs-Gemüsecarbonara mit Vollkornnudeln</b> Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)	 <b>Hackbällchen vom Rind im Köttbullar Style, dazu Salzkartoffeln und Karottengemüse</b> Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf	 <b>Putengyros mit Fladenbrot, dazu Salat, Tomate, Gurke und Joghurtsauce</b> Gluten(Weizen, Gerste, Milch(Lactose), Sesam	  <b>Bio-Rindfleischgeschnetzeltes in Tomatensauce mit Kartoffelpüree</b> Gluten(Weizen), Milch(Lactose)
	KJ 298 / kcal 71 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 9,9 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,71 g / BE 0,8	KJ 655 / kcal 156 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g KH 19,9 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,14 g / BE 1,7	KJ 707 / kcal 169 / Fett 5,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 23,4 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 1,11 g / BE 2,0	KJ 524 / kcal 125 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 16,3 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 2,64 g / BE 1,4	KJ 524 / kcal 125 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g KH 16,3 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 2,64 g / BE 1,4
<b>Gluten-, Laktosefrei</b>	<b>Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsengemüse</b> Sojabohnen, Sellerie, Senf	<b>Buntes Grillgemüse mit Paprika, Auberginen und Zucchini mit Gemüsereis</b>	<b>Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce</b>	<b>Kartoffelrahmsuppe mit Geflügelwiener</b> Sojabohnen, Sellerie	<b>Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln</b>
	KJ 853 / kcal 204 / Fett 3,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 36,9 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 1,17 g / BE 3,1	KJ 333 / kcal 80 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 11,9 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 1,14 g / BE 1,0	KJ 568 / kcal 136 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g KH 25,9 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 1,04 g / BE 2,2	KJ 250 / kcal 60 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 4,7 g, davon Zucker 0,4 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,65 g / BE 0,4	KJ 278 / kcal 67 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 6,5 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 0,99 g / BE 0,5
<b>Dessert/ Salat</b>	Dessert / Salat	Dessert / Salat	Dessert / Salat	Dessert / Salat	Dessert / Salat



DGE Cert-Konform



DE-ÖKO-003

BIO



Geflügel



Fisch



Rindfleisch



Schwein

## Speisekarte KW 17

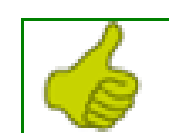
Für die Woche vom:

24.04.2023

28.04.2023

Aufgrund der aktuellen Marktlage und den damit z.T. verbundenen Lieferengpässen, kann es vereinzelt zu Abweichungen der Menübestandteile kommen. Wir bitten daher um Ihr Verständnis.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Aktion: "Bienenretter"	Aktion: "Bienenretter"	Aktion: "Bienenretter"	Aktion: "Bienenretter"	Aktion: "Bienenretter"
<b>Vegetarisch</b>	<b>Vegetarisches Kartoffelcurry mit Langkornreis</b>	<b>Spaghettini "Askoneser Art" mit Kirschtomate, Champignons und Basilikum</b>	<b>Wellenbandnudel-Gemüsepfanne mit Paprikarahmsauce</b>	<b>Vegetarische Bratwurst mit Kartoffelpüree und Kohlrabigemüse</b>	<b>Bio-Eieromelett mit Bio-Salzkartoffeln und buntem Bio-Gemüse in Rahm</b>
	Sojabohnen, Milch(Lactose)	Gluten(Weizen)	Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Eier, Schwefeldioxid/Sulphit	Eier, Milch(Lactose)
	kJ 498 / kcal 119 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g KH 21,8 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 1,31 g / BE 1,8	kJ 545 / kcal 130 / Fett 5,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g KH 13,7 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,79 g / 1,1 BE	kJ 481 / kcal 115 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g KH 17,9 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,70 g / BE 1,5	kJ 593 / kcal 142 / Fett 7,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 16,0 g, davon Zucker 5,9 g / Eiweiß 1,7 g / Salz 0,62 g / BE 1,3	kJ 531 / kcal 127 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g KH 21,7 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,52 g / BE 1,8
	 			 	  
<b>Vollkost</b>	<b>Bio-Rindfleisch-Tortelloni mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce</b>	<b>Spaghettini "Askoneser Art" mit Kirschtomate, Champignons und Basilikum</b>	<b>Vegetarische Maultaschen, dazu Rohkostsalat und Joghurtdressing</b>	<b>Bio-Lachsravioli mit Gemüserahmsauce</b>	<b>Bio-Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit buntem Bio-Gemüse und Bio-Salzkartoffeln</b>
	Milch (Lactose),	Gluten(Weizen)	Gluten(Weizen), Eier, Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie	Gluten(Weizen), Fisch, Milch (Lactose)	Gluten(Weizen), Senf
	kJ 540 / kcal 129 / Fett 3,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g KH 18,5 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 1,16 g / BE 1,5	kJ 545 / kcal 130 / Fett 5,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g KH 13,7 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,79 g / 1,1 BE	kJ 580 / kcal 139 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 19,6 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 6,2 g / Salz 0,62 g / BE 1,6	kJ 412/kcal 99/Fett 3,9 g,davon ges.Fettsäuren 1,0 g KH 8,8 g,davon Zucker 0,6 g/Eiweiß 6,8 g/Salz 1,02 g/ BE 0,7	kJ 545 / kcal 130 / Fett 5,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g KH 13,7 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,79 g / 1,1 BE
<b>Gluten-, Laktosefrei</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis</b>	<b>Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi</b>	<b>Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis</b>	<b>Nudeln a la Bolognese vom Rind</b>	<b>Geschmorte Aubergine mit grobem Kräuter-Maisgrieß</b>
	Sojabohnen	Eier, Sojabohnen Senf	Fisch, Sojabohnen		Sojabohnen
	kJ 423 / kcal 101 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g KH 15,9 g, davon Zucker 0,4 g / Eiweiß 4,0 g / Salz 0,99 g / BE 1,3	kJ 662 / kcal 158 / Fett 6,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g KH 18,5 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 6,0 g / Salz 1,08 g / BE 1,5	kJ 492 / kcal 118 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g KH 11,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 6,7 g / Salz 1,27 g / BE 1,0	kJ 250 / kcal 60 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g KH 4,7 g, davon Zucker 0,4 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 0,65 g / BE 0,4	kJ 635 / kcal 152 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g KH 25,1 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 1,49 g / BE 2,1
<b>Dessert/ Salat</b>	Dessert / Salat	Dessert / Salat	Dessert / Salat	Dessert / Salat	Dessert / Salat



DE-ÖKO-003

BIO



Geflügel



Fisch



Rindfleisch



Schwein

DGE Cert-Konform

## Speisekarte KW 18

Aufgrund der aktuellen Marktlage und den damit z.T. verbundenen Lieferengpässen, kann es vereinzelt zu Abweichungen der Menübestandteile kommen. Wir bitten daher um Ihr Verständnis.

Für die Woche vom:

01.05.2023

05.05.2023

**Montag**

**Dienstag**

**Mittwoch**

**Donnerstag**

**Freitag**

Aktion: "Bienenretter"

Aktion: "Bienenretter"

Aktion: "Bienenretter"

Aktion: "Bienenretter"

Aktion: "Bienenretter"

**Vegetarisch**

**Vegetarischer Linsen-Bratling mit Sauce und Nudelsalat**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

KJ 668 / kcal 160 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g  
KH 27,0 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 1,25 g / BE 2,25

**Paniertes Veggie-Schnitzel mit Champignonrahm und Bio-Spätzle**

Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)

KJ 450 / kcal 108 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g  
KH 16,8 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,09 g / BE 1,4

**Überbackenes Bio-Nudel-Gratin mit Bio-Brokkoli**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

KJ 450 / kcal 108 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g  
KH 16,8 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,09 g / BE 1,4

**Veggi-Burger im Brötchen mit Ofen-Pommes, Salat, Tomaten und Ketchup**

Gluten (Weizen, Dinkel, Gerste), Sesam, Sojabohnen, Sellerie

KJ 746 / kcal 178 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g  
KH 25,6 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,86 g / BE 2,1

**Buntes Bio-Gemüseglasch "Ungarische Art", dazu Bio-Knöpfele und Bio-Möhrengemüse**

Gluten (Weizen), Sellerie, Eier

KJ 262 / kcal 63 / Fett 1,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g  
KH 9,8 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 1,01 g / 0,8 BE



**Vollkost**

**Bio-Rindfleisch-Tortelloni mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce**

Gluten(Weizen, Gerste), Eier, Milch(Lactose), Sellerie, Senf.

KJ 545 / kcal 130 / Fett 5,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g  
KH 13,7 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 1,79 g / 1,1 BE



**Paniertes Putenbrustschnitzel mit Champignonrahm und Bio-Spätzle**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

KJ 346 / kcal 82,6 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g  
KH 8,8 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 1,46 g / BE 0,7



**Überbackenes Bio-Lachs-Gratin mit Bio-Brokkoli und Bio-Nudeln**

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Fisch

KJ 467 / kcal 111 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g  
KH 13,2 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 0,60 g / BE 1,1



**Rindfleischburger im Brötchen mit Ofen-Pommes, Salat, Tomaten und Ketchup**

Gluten (Weizen, Dinkel, Gerste), Sesam, Sellerie, Senf

KJ 746 / kcal 178 / Fett 6,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g  
KH 25,6 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,86 g / BE 2,1



**Milde Ungarische Gulaschsuppe vom Rind mit Tomaten, Paprika und Kartoffeln, dazu Bio-Körnerbrötchen**

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer)

KJ 399 / kcal 95 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g  
KH 14,1 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 0,97 g / BE 1,2

**Gluten-, Laktosefrei**

**Nudeln a la Bolognaise vom Rind**

KJ 635 / kcal 152 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g  
KH 25,1 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 1,49 g / BE 2,1

**Putenmedaillons in Tomaten-Kokos-Sauce mit Gnocchi**

Sojabohnen, Senf

KJ 483 / kcal 115 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g  
KH 12,6 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 7,4 g / Salz 1,28 g / BE 1,1

**Fruchtige Linsenbolognaise mit Kartoffelnocken**

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 1,9

**Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus**

KJ 488 / kcal 117 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g  
KH 19,5 g, davon Zucker 8,3 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,44 g / BE 1,6

**Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüseis**

Sojabohnen, Senf

KJ 234 / kcal 56 / Fett 0,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g  
KH 10,8 g, davon Zucker 9,7 g / Eiweiß 0,6 g / Salz 0,00 g / BE 0,9

**Dessert/ Salat**

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat

Dessert / Salat



DGE Cert-Konform



DE-ÖKO-003  
BIO



Geflügel



Fisch



Rindfleisch



Schwein