

SPEISEKARTE



Montag

KW 15
Dienstag

06.04.2026 bis
Mittwoch

10.04.2026
Donnerstag

Gericht

Mensa geschlossen
Osterferien

Mensa geschlossen
Osterferien

Mensa geschlossen
Osterferien

Mensa geschlossen
Osterferien

DE-ÖKO-003

SPEISEKARTE




Montag

KW 16
Dienstag

13.04.2026 bis
Mittwoch

17.04.2026
Donnerstag

Gericht			
<p>Hähnchen-Nuggets mit Brokkoli und Kartoffelpüree</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>	<p>Rindergulasch mit Möhren und Spirelli</p> <p>DGE-Empfehlung: Weintrauben</p> <p>Gluten (Weizen), Senf</p> <p> </p> <p>kJ 550 / kcal 132 / Fett 3,9g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 18,5g, davon Zucker 2g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,75g / BE 1,5</p>	<p>Geflügel-Currywurst mit Pommes</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>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>DGE-Empfehlung: Milchpudding Vanille</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kJ 457 / kcal 108 / Fett 3,7g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 11,9g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,49g / BE 1</p>
DE-ÖKO-003			

SPEISEKARTE



Montag

KW 17
Dienstag

20.04.2026 bis
Mittwoch

24.04.2026
Donnerstag

Gericht			
<p>Vegetarische Hackbällchen in Tomatensauce mit Langkornreis DGE-Empfehlung: Salat mit Joghurtdressing</p> <p>Gluten (Weizen), Senf, Sellerie; Salat: Milch (Laktose), 3</p>  <p>kJ 550 / kcal 131 / Fett 4,4g , davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 18,4g, davon Zucker 2,5g / Eiweiß 4,3g / Salz 1,29g / BE 1,5</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis DGE-Empfehlung: Milchpudding Schokolade</p> <p>Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose)</p>   <p>kJ 469 / kcal 112 / Fett 1,6g , davon ges. Fettsäuren 0,5g / KH 18,1g, davon Zucker 2,6g / Eiweiß 5,9g / Salz 0,93g / BE 1,5</p>	<p>Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln DGE-Empfehlung: Birne</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p>  <p>kJ 373 / kcal 88 / Fett 4,1g , davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 9,6g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 2,8g / Salz 0,49g / BE 0,8</p>	<p>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 768 / kcal 183 / Fett 9,7g , davon ges. Fettsäuren 4,9g / KH 18g, davon Zucker 0,8g / Eiweiß 5,9g / Salz 1,06g / BE 1,5</p>
<p>DE-ÖKO-003</p>			

SPEISEKARTE



Montag

KW 18
Dienstag

27.04.2026 bis
Mittwoch

01.05.2026
Donnerstag

Gericht			
<p>American Pancakes mit Roter Grütze und Vanillesauce, vorweg Brokkolicremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie</p> <p> </p> <p>kj 687 / kcal 163 / Fett 5,8g , davon ges. Fettsäuren 1,4g / KH 22,9g, davon Zucker 11,5g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,52g / BE 1,9</p>	<p>Paniertes Seelachsfilet mit Erbsen und Möhren, dazu Salzkartoffeln</p> <p>DGE-Empfehlung: Apfel</p> <p>Fisch, Gluten (Weizen)</p> <p> </p> <p>kj 418 / kcal 99 / Fett 2,6g , davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 13,2g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,6g / Salz 0,24g / BE 1,1</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Möhren und Vollkornreis</p> <p>DGE-Empfehlung: Milchpudding Vanille</p> <p>Milch (Lactose); Dessert: Milch (Lactose)</p> <p> </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>Putenfrikadelle mit Rahmgemüse und Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></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>
DE-ÖKO-003			