SPEISEKARTE

KW 47 **16.11.2026** **bis** **20.11.2026**

Montag	Dienstag	Donnerstag
Gericht		
Köttbullar vom Geflügel in Rahm mit buntem Gemüse und Kartoffeln	**Langkornreis mit Sojabohnen-Mais-Paprika-Gemüse und Kokos-Currysauce**	**Hähnchen-Dönerteller mit Sour-Cream und Pommes**
Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf	Sojabohnen	Milch (Lactose)
	3	3
kJ 427 / kcal 101 / Fett 4,5g , davon ges. Fettsäuren 1,5g / KH 10,4g, davon Zucker 1,7g / Eiweiß 4,2g / Salz 0,91g / BE 0,9	kJ 539 / kcal 128 / Fett 5,2g , davon ges. Fettsäuren 3,1g / KH 16,7g, davon Zucker 2,9g / Eiweiß 6g / Salz 0,79g / BE 1,4	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
DE-ÖKO-003		

Donnerstag
Spaghetti mit Rinderbolognese
Gluten (Weizen), Sellerie
kJ 468 / kcal 111 / Fett 2,5g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 16,9g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 5g / Salz 1,12g / BE 1,4

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE

KW 48 **23.11.2026** **bis** **27.11.2026**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Gericht			
Tortellini mit Tomaten-Karottenfüllung, dazu Tomatensauce und Erbsen Gluten (Weizen) kJ 505 / kcal 121 / Fett 2,7g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 19,7g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,1g / Salz 0,84g / BE 1,6	**Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln** Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose) kJ 454 / kcal 108 / Fett 3,7g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 12g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,8g / Salz 0,49g / BE 1	**Hähnchen-Nuggets mit Rahmsauce, dazu Blumenkohl und Kroketten** Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf kJ 552 / kcal 132 / Fett 4,5g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 17,1g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,89g / BE 1,4	**Kein Mittagessen** **Tag der offenen Tür**
DE-ÖKO-003			

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE

KW 49 **30.11.2026** **bis** **04.12.2026**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Gericht			
Kartoffelpuffer mit Apfelmus	**Hackbällchen aus Weizenprotein in Tomatensauce, dazu Kartoffelspalten**	**Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Erbsen und Langkornreis**	**Eieromelette mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln**
Eier, Sulfit/Schwefeldioxid 3	Gluten (Weizen), Sellerie, Senf	Milch (Lactose)	Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)
kJ 599 / kcal 142 / Fett 7,7g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 16g, davon Zucker 5,6g / Eiweiß 1,8g / Salz 0,61g / BE 1,3	kJ 517 / kcal 123 / Fett 5,1g , davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 14,8g, davon Zucker 1,2g / Eiweiß 4,0g / Salz 0,83g / BE 1,2	kJ 465 / kcal 111 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 17,7g, davon Zucker 2,7g / Eiweiß 6g / Salz 0,93g / BE 1,5	kJ 369 / kcal 88 / Fett 4,1g , davon ges. Fettsäuren 1,8g / KH 9,8g, davon Zucker 0,6g / Eiweiß 2,7g / Salz 0,49g / BE 0,8
DE-ÖKO-003			

Nährwertangaben pro 100g

SPEISEKARTE

KW 50 **07.12.2026** **bis** **11.12.2026**

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Gericht			
Putenfrikadelle mit Rahmsauce, dazu Kürbis-Kartoffelgemüse und Spätzle	**Paniertes Seelachsfilet mit Dillsauce, dazu Erbsen und Salzkartoffeln**	**Kartoffelcremesuppe, dazu Weizenbrötchen**	**Knuspriger Hähnchen-Burger mit Ketchup, dazu Pommes**
Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf	Milch (Lactose), Fisch, Gluten (Weizen); Dessert: Milch (Lactose)	Gluten (Weizen, Gerste, Roggen), Milch (Lactose), Sellerie	Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Sesam
kJ 557 / kcal 133 / Fett 4,3g , davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 15,5g, davon Zucker 0,7g / Eiweiß 7,5g / Salz 1,16g / BE 1,3	kJ 438 / kcal 104 / Fett 3,2g , davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 13,5g, davon Zucker 1g / Eiweiß 4,6g / Salz 0,4g / BE 1,1	kJ 359 / kcal 86 / Fett 1,7g , davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 14,7g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 2,8g / Salz 1,1g / BE 1,2	kJ 639 / kcal 152 / Fett 4g , davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 22,7g, davon Zucker 3,4g / Eiweiß 5,4g / Salz 0,58g / BE 1,9
DE-ÖKO-003			

Nährwertangaben pro 100g