

Speisekarte vom

14.09.2026 bis 20.09.2026

Mittelstufe

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag	Bio Pasta ^{a1} Bio Tomaten-Basilikum-Sauce Bio Erbsen & Möhren Gemüse Bio Reibekäse ^g Bio Obst	Bio Pasta ^{a1} Bio Käsesahnesauce ^{g,i} Bio Reibekäse ^g Bio Obst
	672 kcal, 2837 KJ, 6,99g Fett, 3,53g ges. FS, 126,19g KH, 33,65g Zucker, 21,61g Eiweiß, 0,35g Salz Gebrauchte Packungen	674 kcal, 2834 KJ, 18,67g Fett, 11,38g ges. FS, 102,80g KH, 15,62g Zucker, 21,33g Eiweiß, 0,74g Salz
Dienstag	Bio Braune Rahmsauce ^g Bio Karotten-Bio Sellerie- Bio Pastinaken Gemüse ⁱ Bio Langkornreis Bio Snackgemüse	Bio gebratene Sojastreifen ^f Bio Braune Rahmsauce ^g Bio Karotten-Bio Sellerie- Bio Pastinaken Gemüse ⁱ Bio Langkornreis Bio Snackgemüse
	633 kcal, 2647 KJ, 27,52g Fett, 6,43g ges. FS, 69,49g KH, 14,60g Zucker, 23,85g Eiweiß, 1,48g Salz	732 kcal, 3066 KJ, 25,69g Fett, 5,44g ges. FS, 80,53g KH, 18,76g Zucker, 37,37g Eiweiß, 0,31g Salz
Mittwoch	Bio Linsen Eintopf mit Karotten, Pastinaken, Lauch und Sellerie ⁱ Bio Mehrkornbaguette ^{a,a1} Bio Vanille-Mango Pudding ^g	Bio Blumenkohl-Käse-Rahmsuppe ^g Bio Mehrkornbaguette ^{a,a1} Bio Vanille-Mango Pudding ^g
	432 kcal, 1825 KJ, 4,36g Fett, 2,01g ges. FS, 75,50g KH, 15,37g Zucker, 16,28g Eiweiß, 2,05g Salz	373 kcal, 1572 KJ, 8,53g Fett, 4,88g ges. FS, 58,88g KH, 13,78g Zucker, 10,79g Eiweiß, 3,20g Salz
Donnerstag	MSC Rotbarsch paniert ^{a,d} Bio Spinat-Rahm-Sauce ^g gekochte Bio-Kartoffeln Bio Snackgemüse	Bio Gemüseschnitzel ^{a,a1,a4} Bio Spinat-Rahm-Sauce ^g gekochte Bio-Kartoffeln Bio Snackgemüse
	456 kcal, 1902 KJ, 18,60g Fett, 6,87g ges. FS, 46,28g KH, 8,07g Zucker, 23,83g Eiweiß, 1,81g Salz	616 kcal, 2582 KJ, 21,50g Fett, 6,51g ges. FS, 88,20g KH, 11,09g Zucker, 14,17g Eiweiß, 3,32g Salz

Legende der deklarationspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe:

a Gluten; a1 Weizen; a2 Roggen; a3 Gerste; a4 Hafer; a5 Dinkel; b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; c Eier und Eierzeugnisse; d Fisch und Fischerzeugnisse; e Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse; f Soja und Sojaerzeugnisse; g Milch und Milcherzeugnisse; h Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse; h1 Mandeln; h2 Haselnuss; h3 Walnuss; h4 Kaschunuss; h5 Pecanuss; h6 Paranuss; h7 Pistazie; h8 Macadamianuss; i Sellerie und Sellerieerzeugnisse; j Senf und Senferzeugnisse; k Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse; l Schwefeldioxid und Sulfite; m Lupine und Lupinerzeugnisse; n Weichtiere und Weichtiererzeugnisse; 1 mit Farbstoff; 2 mit Konservierungsstoff; 3 mit Antioxidationsmittel; 4 mit Geschmacksverstärker; 5 geschwefelt; 6 geschwärzt; 7 gewachst; 8 mit Phosphat; 9 mit Süßungsmittel; 11 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; 12 auf Grundlage von Tafelsüße; 13 enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam); 14 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; 15 unter Schutzatmosphäre verpackt; 16 chininhaltig; 18 mit Milcheiweiß; 32 mit Stärke oder Pflanzenstärke; 33 mit Geflügelfleischanteil; 34 mit Jodsalz; 36 z.T. fein zerkleinertes Fleisch

