leckerbiss

Morgens geerntet -
Mittags auf den Tisch!

Speisekarte vom

30.11.2026 bis 06.12.2026

Mittelstufe

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag	Bio Nasi Goreng mit Möhren, Mais und Erbsen[a,a1,f] Bio Broccoli Bio Obst	
	417 kcal, 1765 KJ, 2,67g Fett, 0,55g ges. FS, 84,11g KH, 15,90g Zucker, 11,16g Eiweiß, 0,36g Salz	
Dienstag	Bio Pasta[a1] Bio Rinderbolognese vom Worpswerder Limousin Rind[i] Bio Reibekäse[g] Bio Snackgemüse	Bio Pasta[a1] Bio Grünkern- Gemüse Bolognese[a,a1,i] Bio Reibekäse[g] Bio Snackgemüse
	605 kcal, 2550 KJ, 11,12g Fett, 5,28g ges. FS, 98,46g KH, 11,05g Zucker, 24,77g Eiweiß, 0,94g Salz	540 kcal, 2277 KJ, 6,67g Fett, 3,48g ges. FS, 97,17g KH, 7,42g Zucker, 19,62g Eiweiß, 0,41g Salz
Mittwoch	Bio Kartoffel- Lauch- Creme- Suppe[g] Bio rosa Linsen Bio Dinkel- Vollkornbrötchen[a,a1,a3,a4,a5,k] Bio Vanille-Kirsch Pudding [g]	
	406 kcal, 1711 KJ, 9,90g Fett, 4,20g ges. FS, 59,91g KH, 14,34g Zucker, 16,35g Eiweiß, 2,56g Salz	
Donnerstag	MSC Seelachsfilet paniert[a1,d] Bio Schnittlauch Dip[c,g,j] gekochte Bio-Kartoffeln Bio Brechbohnen Gemüse Bio Snackgemüse	Bio Gemüse Nuggets[a,a1,c,f] Bio Schnittlauch Dip[c,g,j] gekochte Bio-Kartoffeln Bio Brechbohnen Gemüse Bio Snackgemüse
	526 kcal, 2185 KJ, 22,45g Fett, 4,09g ges. FS, 51,92g KH, 8,87g Zucker, 26,57g Eiweiß, 1,07g Salz	743 kcal, 3100 KJ, 32,26g Fett, 4,82g ges. FS, 59,41g KH, 12,10g Zucker, 31,26g Eiweiß, 3,10g 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 Lupinenerzeugnisse; 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

Geschäftsführer: Stefan & Jannis Baeßler
HRB Bremen, Nr. 32714 | Ust-IdNr. DE313768784

Wir wünschen einen guten Appetit!

BIO GOLD 90-99% vom Gesamteinkaufswert bioland.de