

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 50	Montag 08.12.2025	Dienstag 09.12.2025	Mittwoch 10.12.2025	Donnerstag 11.12.2025	Freitag 12.12.2025
0 Hauptkomponente M1	Karotten-Sesamschnitte EW: 2,7 Fett: 23,5 gesFS: 7,9 KH: 16,3 KS: 0,0 Kcal/KJ: 290/1213 ☐	Kartoffel-Möhrenaufauf ^{G,1} EW: 2,5 Fett: 2,5 gesFS: 1,5 KH: 9,4 KS: 0,5 Kcal/KJ: 75/312 ☐	Hühnereintopf ^L EW: 5,5 Fett: 1,1 gesFS: 0,3 KH: 2,0 KS: 1,4 Kcal/KJ: 40/167 ☐	Couscous-Gemüse-Pfanne (Kichererbsen) ^{A,A1} EW: 2,4 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 4,3 KS: 0,4 Kcal/KJ: 41/170 ☐	Wildlachsragout ^{D,G,1} EW: 10,9 Fett: 3,0 gesFS: 1,2 KH: 3,2 KS: 0,3 Kcal/KJ: 81/338 ☐
Sauce M1	Petersiliensauce hell ^{G,1} EW: 1,9 Fett: 3,2 gesFS: 1,6 KH: 4,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 55/231 ☐	☐	Reis gekocht EW: 2,4 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 26,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 119/498 ☐	Kräuter-Dip ^G EW: 6,9 Fett: 9,9 gesFS: 6,2 KH: 4,2 KS: 0,5 Kcal/KJ: 138/577 ☐	☐
Beilage M1	Kartoffelpüree ^{G,1} EW: 1,4 Fett: 1,4 gesFS: 0,8 KH: 3,4 KS: 0,4 Kcal/KJ: 33/139 ☐	☐	Fladenbrot ^{A,A1,N} EW: 7,8 Fett: 1,1 gesFS: 0,3 KH: 46,3 KS: 0,7 Kcal/KJ: 229/959 ☐	☐	Vollkornreis gekocht EW: 3,1 Fett: 0,9 gesFS: 0,2 KH: 29,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 141/589 ☐
Gemüse Beilage M1	Kohlrabi in Rahm ^{G,1} EW: 2,1 Fett: 1,4 gesFS: 0,7 KH: 4,3 KS: 1,5 Kcal/KJ: 40/165 ☐	Maissalat EW: 2,1 Fett: 8,5 gesFS: 0,9 KH: 12,3 KS: 0,8 Kcal/KJ: 139/580 ☐	Graubrot Scheibe ^{A,A1,A2,A3,A4} EW: 7,7 Fett: 4,9 gesFS: 0,8 KH: 38,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 241/1008 ☐	☐	Gurkensalat in Öl Essig Dressing EW: 0,7 Fett: 3,9 gesFS: 0,3 KH: 3,1 KS: 0,3 Kcal/KJ: 50/211 ☐
0 Hauptkomponente M2	Vegetarische Frikadelle ^{A,A1} EW: 23,5 Fett: 10,0 gesFS: 1,1 KH: 14,4 KS: 1,4 Kcal/KJ: 242/1013 ☐	Pfannekuchen mit Kirschfüllung EW: 0,0 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 0/0 ☐	Karotten-Pastinakensuppe ^G EW: 0,4 Fett: 0,9 gesFS: 0,1 KH: 2,7 KS: 0,3 Kcal/KJ: 21/86 ☐	BIO Spätzle (DE-ÖKO-006) ^{A,A1} EW: 0,1 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,5 KS: 0,3 Kcal/KJ: 3/13 ☐	Orecchiette-Broccoli Pfanne ^{A,A1} EW: 4,9 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 22,2 KS: 0,8 Kcal/KJ: 124/519 ☐
Sauce M2	Petersiliensauce hell ^{G,1} EW: 1,9 Fett: 3,2 gesFS: 1,6 KH: 4,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 55/231 ☐	Vanillesauce warm ^G EW: 2,9 Fett: 1,3 gesFS: 0,8 KH: 4,6 KS: 0,1 Kcal/KJ: 42/176 ☐	☐	Bratensauce (Vegetarisch) EW: 0,1 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 0,5 KS: 0,2 Kcal/KJ: 2/10 ☐	Broccolisauce ^{G,1} EW: 2,5 Fett: 2,2 gesFS: 1,1 KH: 3,9 KS: 0,8 Kcal/KJ: 46/191 ☐

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 50	Montag 08.12.2025	Dienstag 09.12.2025	Mittwoch 10.12.2025	Donnerstag 11.12.2025	Freitag 12.12.2025
Beilage M2	Kartoffelpüree ^{G,1,} EW: 1,4 Fett: 1,4 gesFS: 0,8 KH: 3,4 KS: 0,4 Kcal/KJ: 33/139 ☐	Zimt und Zucker EW: 0,1 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 101,1 KS: 0,0 Kcal/KJ: 405/1696 ☐	Fladenbrot ^{A,A1,N,} EW: 7,8 Fett: 1,1 gesFS: 0,3 KH: 46,3 KS: 0,7 Kcal/KJ: 229/959 ☐	BIO Spätzle (DE-ÖKO-006) ^{A,A1,} EW: 0,1 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,5 KS: 0,3 Kcal/KJ: 3/13 ☐	☐
Gemüse Beilage M2	Kohlrabi in Rahm ^{G,1,} EW: 2,1 Fett: 1,4 gesFS: 0,7 KH: 4,3 KS: 1,5 Kcal/KJ: 40/165 ☐	☐	Graubrot Scheibe ^{A,A1,A2,A3,A4,} EW: 7,7 Fett: 4,9 gesFS: 0,8 KH: 38,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 241/1008 ☐	Wirsing in Rahm ^{G,1,} EW: 2,7 Fett: 1,3 gesFS: 0,6 KH: 4,3 KS: 0,8 Kcal/KJ: 40/168 ☐	Gurkensalat in Öl Essig Dressing EW: 0,7 Fett: 3,9 gesFS: 0,3 KH: 3,1 KS: 0,3 Kcal/KJ: 50/211 ☐
0 Pasta (Pastabar)	Bio Fusilli (Spirelli) gekocht (DE-ÖKO-006) ^{A,A1,} EW: 6,4 Fett: 0,6 gesFS: 0,1 KH: 35,8 KS: 1,0 Kcal/KJ: 177/742 ☐	Penne gekocht ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767 ☐	grüne Bandnudeln ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 36,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 185/772 ☐	Ravioli Gemüsefüllung ^{A,A1,C,G,1,} EW: 6,6 Fett: 4,5 gesFS: 1,8 KH: 27,6 KS: 1,8 Kcal/KJ: 181/758 ☐	Vollkorn Spaghetti ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 2,0 gesFS: 0,2 KH: 27,3 KS: 0,5 Kcal/KJ: 154/643 ☐
Sauce (Pastabar)	Pestosauce ^{G,1,} EW: 1,9 Fett: 6,0 gesFS: 1,9 KH: 4,6 KS: 0,8 Kcal/KJ: 80/335 ☐	Paprikasauce Hell ^{G,1,} EW: 2,0 Fett: 3,4 gesFS: 1,5 KH: 4,9 KS: 0,7 Kcal/KJ: 59/246 ☐	Kräutersauce hell ^{G,1,} EW: 1,9 Fett: 3,2 gesFS: 1,6 KH: 4,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 55/231 ☐	Tomatensauce frisch ^{L,} EW: 0,9 Fett: 1,6 gesFS: 0,3 KH: 3,8 KS: 0,6 Kcal/KJ: 35/145 ☐	Zucchinisauce Hell ^{G,1,} EW: 2,2 Fett: 2,9 gesFS: 1,1 KH: 4,2 KS: 0,5 Kcal/KJ: 52/219 ☐
Käse (Pastabar)	Parmesan ^{G,1,2,} EW: 35,6 Fett: 25,8 gesFS: 16,7 KH: 0,1 KS: 1,6 Kcal/KJ: 374/1565 ☐	Parmesan ^{G,1,2,} EW: 35,6 Fett: 25,8 gesFS: 16,7 KH: 0,1 KS: 1,6 Kcal/KJ: 374/1565 ☐	Parmesan ^{G,1,2,} EW: 35,6 Fett: 25,8 gesFS: 16,7 KH: 0,1 KS: 1,6 Kcal/KJ: 374/1565 ☐	Parmesan ^{G,1,2,} EW: 35,6 Fett: 25,8 gesFS: 16,7 KH: 0,1 KS: 1,6 Kcal/KJ: 374/1565 ☐	Parmesan ^{G,1,2,} EW: 35,6 Fett: 25,8 gesFS: 16,7 KH: 0,1 KS: 1,6 Kcal/KJ: 374/1565 ☐
Beilagen/Blattsalat	Wachsbrechbohnsensalat ^{M,9,} EW: 1,2 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 4,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 29/122 ☐	Maissalat EW: 2,1 Fett: 8,5 gesFS: 0,9 KH: 12,3 KS: 0,8 Kcal/KJ: 139/580 ☐	Blattsalat EW: 1,0 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 0,0 Kcal/KJ: 13/54 ☐	Blattsalat EW: 1,0 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 0,0 Kcal/KJ: 13/54 ☐	Gurkensalat in Öl Essig Dressing EW: 0,7 Fett: 3,9 gesFS: 0,3 KH: 3,1 KS: 0,3 Kcal/KJ: 50/211 ☐

KW 50	Montag 08.12.2025	Dienstag 09.12.2025	Mittwoch 10.12.2025	Donnerstag 11.12.2025	Freitag 12.12.2025
Dressing 1	☐	☐	Salatsauce American <i>A,A1,C,M,1,</i> EW: 0,5 Fett: 30,1 gesFS: 2,3 KH: 5,8 KS: 1,4 Kcal/KJ: 298/1248 ☐	Salatsauce American <i>A,A1,C,M,1,</i> EW: 0,5 Fett: 30,1 gesFS: 2,3 KH: 5,8 KS: 1,4 Kcal/KJ: 298/1248 ☐	☐
Dressing 2	☐	☐	Salatsauce French <i>A,A1,C,G,M,1,</i> EW: 1,4 Fett: 27,4 gesFS: 2,7 KH: 12,6 KS: 2,8 Kcal/KJ: 303/1269 ☐	Salatsauce French <i>A,A1,C,G,M,1,</i> EW: 1,4 Fett: 27,4 gesFS: 2,7 KH: 12,6 KS: 2,8 Kcal/KJ: 303/1269 ☐	☐
Dressing 3	☐	☐	Salatsauce Italian (klar) ^M EW: 0,2 Fett: 10,5 gesFS: 0,8 KH: 9,5 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐	Salatsauce Italian (klar) ^M EW: 0,2 Fett: 10,5 gesFS: 0,8 KH: 9,5 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐	☐
Dessert 1	Apfel EW: 0,3 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 14,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 61/255 ☐	Clementine EW: 0,3 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 14,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 61/255 ☐	Banane EW: 1,2 Fett: 0,2 gesFS: 0,1 KH: 20,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 90/377 ☐	Schoko-Lebkuchenpudding gekocht ^G EW: 3,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,8 KH: 13,8 KS: 0,1 Kcal/KJ: 80/335 ☐	Trauben EW: 1,2 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 27,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 126/527 ☐
1 Zusatzbestellung Beilage	Bio Fusilli (Spirelli) gekocht (DE-ÖKO-006) <i>A,A1,</i> EW: 6,4 Fett: 0,6 gesFS: 0,1 KH: 35,8 KS: 1,0 Kcal/KJ: 177/742 ☐	Penne gekocht <i>A,A1,</i> EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767 ☐	grüne Bandnudeln <i>A,A1,</i> EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 36,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 185/772 ☐	Ravioli Gemüsefüllung <i>A,A1,C,G,1,</i> EW: 6,6 Fett: 4,5 gesFS: 1,8 KH: 27,6 KS: 1,8 Kcal/KJ: 181/758 ☐	Vollkorn Spaghetti <i>A,A1,</i> EW: 6,0 Fett: 2,0 gesFS: 0,2 KH: 27,3 KS: 0,5 Kcal/KJ: 154/643 ☐

Menüplan

Nährwerte je 100g

Allergene

A - Gluten
A1 - Weizen
A2 - Roggen
A3 - Gerste
A4 - Hafer
A5- Dinkel
A6 - Kamut
H - Nuss
H1 - Haselnuss
H2 - Mandel
H3 - Walnuss
H4 - Paranuss
H5 - Pecannuss
H6 - Pistazie
H7 - Cashew-Kern
H8 - Macadamianuss
H9 - Queensland-Nuss
B - Krebstiere
C - Eier
D - Fische
E - Erdnüsse
F -Sojabohnen
G - Milch
L - Sellerie
M - Senf
N - Sesam
O - Schwefel
P - Lupine
B - Weichtiere

Eigenschaften



Vegetarisch



Qualitätsstandard nach DGE

Deklarierte Stoffe:

1 - mit Farbstoff
2 - mit Konservierungsstoff
3 - mit Antioxidationsmittel
4 - mit Geschmacksverstärker
5 - geschwefelt
6 - geschwärzt
7 - gewachst
8 - mit Phosphat
9 - mit Süßungsmitteln
10 - Phenylalaninquelle
11 - kann abführend wirken