

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 12	Montag 16.03.2026	Dienstag 17.03.2026	Mittwoch 18.03.2026	Donnerstag 19.03.2026	Freitag 20.03.2026
0 Hauptkomponente M1	Hühnerfrikassee ^{G,L,1,} EW: 7,4 Fett: 2,8 gesFS: 1,2 KH: 3,8 KS: 1,0 Kcal/KJ: 71/298	Schnibbelbohneintopf ^{L,O,3,5,} EW: 1,0 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 3,9 KS: 0,3 Kcal/KJ: 21/90	Valess Käseschnitzel ^{A,A1,A4,C,G,1,} EW: 14,8 Fett: 9,6 gesFS: 2,6 KH: 16,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 219/916	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		Fladenbrot ^{A,A1,N,} EW: 8,2 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 48,8 KS: 0,7 Kcal/KJ: 242/1013	Tomatensauce frisch ^{L,} EW: 0,9 Fett: 1,6 gesFS: 0,3 KH: 3,8 KS: 0,6 Kcal/KJ: 35/145	Kräuter-Dip ^{G,} EW: 6,9 Fett: 9,9 gesFS: 6,2 KH: 4,2 KS: 0,5 Kcal/KJ: 138/577	
Beilage M1	Vollkornreis gekocht EW: 3,1 Fett: 0,9 gesFS: 0,2 KH: 29,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 141/589	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	Ebly Zartweizen ^{A,A1,} EW: 3,0 Fett: 0,7 gesFS: 0,1 KH: 17,2 KS: 0,2 Kcal/KJ: 89/372		Reis gekocht EW: 2,4 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 26,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 119/498
Gemüse Beilage M1	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		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	Vegetarisches Frikassee ^{C,G,1,} EW: 5,5 Fett: 2,5 gesFS: 1,2 KH: 3,9 KS: 0,9 Kcal/KJ: 66/276	Eierpfannkuchen "Natur" gesüßt ^{A,A1,C,G,} EW: 0,0 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 156/653	Reisnudelpfanne ^{A,A1,G,L,} EW: 5,4 Fett: 2,7 gesFS: 1,4 KH: 18,5 KS: 1,1 Kcal/KJ: 122/512	Rösti Taler 40g EW: 2,1 Fett: 9,8 gesFS: 0,8 KH: 23,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 193/808	Broccoli-Vollkornnudelauf EW: 4,8 Fett: 3,6 gesFS: 1,9 KH: 15,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 115/481
Sauce M2		heiße Kirschen EW: 0,9 Fett: 0,6 gesFS: 0,2 KH: 13,3 KS: 0,3 Kcal/KJ: 66/278	Tomatensauce frisch ^{L,} EW: 0,9 Fett: 1,6 gesFS: 0,3 KH: 3,8 KS: 0,6 Kcal/KJ: 35/145	Apfelmus (Dessert) ^{3,} EW: 0,2 Fett: 0,1 gesFS: 0,1 KH: 15,8 KS: 0,0 Kcal/KJ: 69/289	

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 12	Montag 16.03.2026	Dienstag 17.03.2026	Mittwoch 18.03.2026	Donnerstag 19.03.2026	Freitag 20.03.2026
Beilage M2	Vollkornreis gekocht EW: 3,1 Fett: 0,9 gesFS: 0,2 KH: 29,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 141/589 ☐	Zimt und Zucker EW: 0,1 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 101,1 KS: 0,0 Kcal/KJ: 405/1696 ☐	☐	Rösti Taler 40g EW: 2,1 Fett: 9,8 gesFS: 0,8 KH: 23,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 193/808 ☐	☐
Gemüse Beilage M2	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 ☐	Bohnengemüse ^{1,} EW: 2,1 Fett: 1,3 gesFS: 0,6 KH: 5,4 KS: 1,2 Kcal/KJ: 43/179 ☐	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)	Vollkorn Fusilli ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,3 KH: 34,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 180/752 ☐	Penne gekocht ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767 ☐	Farfalle gekocht ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767 ☐	Tortellini Tricolore ^{A,A1,C,G,} EW: 7,1 Fett: 3,6 gesFS: 0,9 KH: 29,6 KS: 1,6 Kcal/KJ: 183/765 ☐	Bio Spaghetti gekocht (DE-ÖKO-006) ^{A,A1,} EW: 5,6 Fett: 1,5 gesFS: 0,1 KH: 31,7 KS: 0,5 Kcal/KJ: 165/690 ☐
Sauce (Pastabar)	Paprikasauce Hell ^{G,1,} EW: 2,0 Fett: 3,4 gesFS: 1,5 KH: 4,9 KS: 0,7 Kcal/KJ: 59/246 ☐	Tomatensauce frisch ^{L,} EW: 0,9 Fett: 1,6 gesFS: 0,3 KH: 3,8 KS: 0,6 Kcal/KJ: 35/145 ☐	Pestosauce ^{G,1,} EW: 1,8 Fett: 5,9 gesFS: 1,8 KH: 3,7 KS: 0,5 Kcal/KJ: 75/316 ☐	Kräutersauce hell ^{G,1,} EW: 1,8 Fett: 3,2 gesFS: 1,5 KH: 3,7 KS: 0,7 Kcal/KJ: 50/211 ☐	Broccolisauce ^{G,1,} EW: 2,5 Fett: 2,2 gesFS: 1,1 KH: 3,9 KS: 0,8 Kcal/KJ: 46/191 ☐
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	Maissalat EW: 2,1 Fett: 8,5 gesFS: 0,9 KH: 12,3 KS: 0,8 Kcal/KJ: 139/580 ☐	grüner Bohnensalat ^{M,} EW: 2,0 Fett: 2,9 gesFS: 0,3 KH: 7,1 KS: 0,7 Kcal/KJ: 63/266 ☐	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 ☐
Dressing 1	☐	☐	Salatsauce Balsamico ^{G,M,O,1,5,} EW: 0,3 Fett: 43,5 gesFS: 3,3 KH: 13,6 KS: 2,7 Kcal/KJ: 452/1891 ☐	Salatsauce Balsamico ^{G,M,O,1,5,} EW: 0,3 Fett: 43,5 gesFS: 3,3 KH: 13,6 KS: 2,7 Kcal/KJ: 452/1891 ☐	☐

KW 12	Montag 16.03.2026	Dienstag 17.03.2026	Mittwoch 18.03.2026	Donnerstag 19.03.2026	Freitag 20.03.2026
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 Joghurt ^G EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 1,9 KH: 8,2 KS: 1,6 Kcal/KJ: 71/298 ☐	Salatsauce Joghurt ^G EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 1,9 KH: 8,2 KS: 1,6 Kcal/KJ: 71/298 ☐	☐
Dessert 1	Clementine EW: 0,3 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 14,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 61/255 ☐	Apfel 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 ☐	Heidelbeerjoghurt ^G EW: 5,4 Fett: 1,8 gesFS: 1,2 KH: 8,1 KS: 0,1 Kcal/KJ: 76/316 ☐	Trauben EW: 0,7 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 15,2 KS: 0,0 Kcal/KJ: 70/293 ☐
1 Zusatzbestellung Beilage	Vollkorn Fusilli <i>A,A1,</i> EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,3 KH: 34,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 180/752 ☐	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 ☐	Farfalle gekocht <i>A,A1,</i> EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767 ☐	Tortellini Tricolore <i>A,A1,C,G,</i> EW: 7,1 Fett: 3,6 gesFS: 0,9 KH: 29,6 KS: 1,6 Kcal/KJ: 183/765 ☐	Bio Spaghetti gekocht (DE-ÖKO-006) <i>A,A1,</i> EW: 5,6 Fett: 1,5 gesFS: 0,1 KH: 31,7 KS: 0,5 Kcal/KJ: 165/690 ☐

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