

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 11	Montag 09.03.2026	Dienstag 10.03.2026	Mittwoch 11.03.2026	Donnerstag 12.03.2026	Freitag 13.03.2026
0 Hauptkomponente M1	Quinoa Erbsen Bratling EW: 6,3 Fett: 9,9 gesFS: 0,7 KH: 19,0 KS: 0,8 Kcal/KJ: 195/816 ☐	Kartoffelcremesuppe ^{G,L} EW: 1,0 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 5,9 KS: 0,4 Kcal/KJ: 30/124 ☐	Rinder Cevapcici ^{A,A1,C,M} EW: 17,0 Fett: 20,0 gesFS: 7,9 KH: 1,4 KS: 1,8 Kcal/KJ: 259/1084 ☐	Erbseneintopf ^L EW: 4,1 Fett: 1,2 gesFS: 0,1 KH: 9,5 KS: 0,4 Kcal/KJ: 67/281 ☐	Tintenfischringe im Backteig EW: 0,0 Fett: 14,7 gesFS: 1,1 KH: 0,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 132/554 ☐
Sauce M1	Kräutersauce hell ^{G,1} EW: 1,8 Fett: 3,2 gesFS: 1,5 KH: 3,7 KS: 0,7 Kcal/KJ: 50/211 ☐	Fladenbrot ^{A,A1,N} EW: 8,2 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 48,8 KS: 0,7 Kcal/KJ: 242/1013 ☐	Tzaziki ^G EW: 5,7 Fett: 2,2 gesFS: 1,0 KH: 3,6 KS: 0,5 Kcal/KJ: 64/266 ☐	Roggen-Vollkornbrot ^{A,A1,A2,A3,A4} EW: 7,7 Fett: 4,9 gesFS: 0,8 KH: 38,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 241/1008 ☐	Zitronen-Knoblauch Mayonaise ^{A,A1,C,G,M,1} EW: 1,6 Fett: 33,9 gesFS: 3,3 KH: 5,2 KS: 1,1 Kcal/KJ: 333/1395 ☐
Beilage M1	Curryreis EW: 2,5 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 26,8 KS: 1,2 Kcal/KJ: 121/506 ☐	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 ☐	Djuvecreis ^L EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 0,3 KH: 15,6 KS: 0,7 Kcal/KJ: 98/410 ☐	☐	Kartoffeln EW: 1,8 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 14,5 KS: 0,7 Kcal/KJ: 82/342 ☐
Gemüse Beilage M1	weißer Bohnensalat ^M EW: 5,8 Fett: 2,8 gesFS: 0,3 KH: 14,2 KS: 1,3 Kcal/KJ: 118/495 ☐	☐	Krautsalat ³ EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	☐	Blattsalat EW: 1,0 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 0,0 Kcal/KJ: 13/54 ☐
0 Hauptkomponente M2	Bratkartoffeln EW: 1,5 Fett: 13,8 gesFS: 1,1 KH: 14,5 KS: 1,1 Kcal/KJ: 195/817 ☐	Kartoffel-Blumenkohlaufauf ^{G,1} EW: 3,2 Fett: 2,7 gesFS: 1,6 KH: 8,4 KS: 0,5 Kcal/KJ: 72/302 ☐	Linsenbällchen ^{A,A1,A4} EW: 5,8 Fett: 6,2 gesFS: 0,7 KH: 22,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 176/736 ☐	Nudelsalat ^{A,A1,C,G,M,1,9} EW: 6,1 Fett: 7,6 gesFS: 1,0 KH: 20,1 KS: 1,1 Kcal/KJ: 175/731 ☐	Gnocchi-Spinat-Auflauf mit Tomatenwürfeln ^{C,G,1} EW: 4,5 Fett: 6,3 gesFS: 2,8 KH: 19,1 KS: 1,1 Kcal/KJ: 154/644 ☐
Sauce M2	Thymiansauce (vegetarisch) EW: 0,0 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,0 KS: 0,2 Kcal/KJ: 0/1 ☐	☐	Sauerrahm-Dip ^G EW: 2,9 Fett: 16,8 gesFS: 11,2 KH: 4,6 KS: 0,9 Kcal/KJ: 181/758 ☐	Vegetarische Bockwurst ^{C,1} EW: 9,5 Fett: 15,0 gesFS: 1,0 KH: 6,5 KS: 2,2 Kcal/KJ: 201/841 ☐	☐

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 11	Montag 09.03.2026	Dienstag 10.03.2026	Mittwoch 11.03.2026	Donnerstag 12.03.2026	Freitag 13.03.2026
Beilage M2	Bratkartoffeln EW: 1,5 Fett: 13,8 gesFS: 1,1 KH: 14,5 KS: 1,1 Kcal/KJ: 195/817 ☐	☐	Djuvecreis ^L EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 0,3 KH: 15,6 KS: 0,7 Kcal/KJ: 98/410 ☐	Ciabatta ^{A,A1,N} EW: 8,2 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 48,8 KS: 0,7 Kcal/KJ: 242/1013 ☐	☐
Gemüse Beilage M2	Wirsing in Rahm ^{G,1} EW: 2,7 Fett: 1,3 gesFS: 0,6 KH: 4,3 KS: 0,8 Kcal/KJ: 40/168 ☐	Möhrensalat ^O EW: 0,7 Fett: 6,6 gesFS: 0,5 KH: 9,1 KS: 0,5 Kcal/KJ: 100/418 ☐	Krautsalat ³ EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	☐	Blattsalat EW: 1,0 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 0,0 Kcal/KJ: 13/54 ☐
0 Pasta (Pastabar)	grüne Bandnudeln ^{A,A1} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 36,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 185/772 ☐	Ravioli Formaggio Käsefüllung ^{A,A1,C,G,1} EW: 6,6 Fett: 4,5 gesFS: 1,8 KH: 27,6 KS: 1,8 Kcal/KJ: 181/758 ☐	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 ☐	Girandole Nudeln gekocht ^{A,A1,C} EW: 7,5 Fett: 2,8 gesFS: 0,7 KH: 34,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 194/813 ☐	Orecchiette gekocht (Ohren Nudeln) ^{A,A1} EW: 6,3 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 182/763 ☐
Sauce (Pastabar)	Champignonrahmsauce ^{G,1} EW: 2,7 Fett: 3,6 gesFS: 1,6 KH: 3,2 KS: 0,5 Kcal/KJ: 58/243 ☐	Paprika-Tomatensauce ^L EW: 1,0 Fett: 1,1 gesFS: 0,2 KH: 3,6 KS: 0,5 Kcal/KJ: 29/123 ☐	Zucchini-sauce Gelb ^{G,1} EW: 2,0 Fett: 2,6 gesFS: 0,9 KH: 3,8 KS: 0,7 Kcal/KJ: 47/198 ☐	mediterrane Gemüsesauce ^L EW: 0,7 Fett: 1,2 gesFS: 0,2 KH: 2,9 KS: 0,7 Kcal/KJ: 42/174 ☐	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	weißer Bohnensalat ^M EW: 5,8 Fett: 2,8 gesFS: 0,3 KH: 14,2 KS: 1,3 Kcal/KJ: 118/495 ☐	Möhrensalat ^O EW: 0,7 Fett: 6,6 gesFS: 0,5 KH: 9,1 KS: 0,5 Kcal/KJ: 100/418 ☐	Krautsalat ³ EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	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 ☐
Dressing 1	☐	☐	☐	Salatsauce American ^{A,A1,C,M,1} EW: 0,5 Fett: 30,1 gesFS: 2,3 KH: 5,8 KS: 1,4 Kcal/KJ: 298/1248 ☐	Salatsauce American ^{A,A1,C,M,1} EW: 0,5 Fett: 30,1 gesFS: 2,3 KH: 5,8 KS: 1,4 Kcal/KJ: 298/1248 ☐

KW 11	Montag 09.03.2026	Dienstag 10.03.2026	Mittwoch 11.03.2026	Donnerstag 12.03.2026	Freitag 13.03.2026
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 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	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 ☐	Trauben EW: 0,7 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 15,2 KS: 0,0 Kcal/KJ: 70/293 ☐	Mandarinenquark ^{G,} EW: 6,7 Fett: 0,2 gesFS: 0,1 KH: 12,7 KS: 0,1 Kcal/KJ: 88/370 ☐	BIO-Banane (DE-ÖKO-006) EW: 0,0 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 0/0 ☐
1 Zusatzbestellung Beilage	grüne Bandnudeln ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 36,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 185/772 ☐	Ravioli Formaggio Käsefüllung ^{A,A1,C,G,1,} EW: 6,6 Fett: 4,5 gesFS: 1,8 KH: 27,6 KS: 1,8 Kcal/KJ: 181/758 ☐	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 ☐	Girandole Nudeln gekocht ^{A,A1,C,} EW: 7,5 Fett: 2,8 gesFS: 0,7 KH: 34,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 194/813 ☐	Orecchiette gekocht (Ohren Nudeln) ^{A,A1,} EW: 6,3 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 182/763 ☐

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