

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 37	Montag 07.09.2026	Dienstag 08.09.2026	Mittwoch 09.09.2026	Donnerstag 10.09.2026	Freitag 11.09.2026
0 Hauptkomponente M1	gefüllte Paprikaschote vegetarisch ^{A,A1,} EW: 3,6 Fett: 2,6 gesFS: 0,4 KH: 13,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 96/402	Minestrone (italienischer Gemüseintopf) ^{L,} EW: 0,7 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 2,8 KS: 0,1 Kcal/KJ: 18/76	Hähnchenbrust 100g EW: 23,0 Fett: 2,9 gesFS: 0,6 KH: 1,5 KS: 1,7 Kcal/KJ: 124/519	Schwarzwurzel Schnitte ^{A,A1,G,N,} EW: 5,9 Fett: 12,0 gesFS: 1,9 KH: 22,0 KS: 0,7 Kcal/KJ: 237/992	Fischstäbchen ^{A,A1,D,} EW: 12,0 Fett: 8,6 gesFS: 1,1 KH: 17,0 KS: 0,9 Kcal/KJ: 195/816
Sauce M1	Tomatensauce frisch ^{L,} EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/163	Sternchennudeln (Einlage) ^{A,A1,C,} EW: 4,0 Fett: 1,7 gesFS: 0,3 KH: 21,4 KS: 1,0 Kcal/KJ: 118/495	Ketchup-Paprikasauce EW: 0,7 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 10,0 KS: 1,1 Kcal/KJ: 47/197	Sauerrahm-Dip ^{G,} EW: 3,1 Fett: 16,8 gesFS: 11,6 KH: 4,4 KS: 0,9 Kcal/KJ: 183/765	Remoulade ^{A,A1,C,G,M,1,9,} EW: 1,5 Fett: 33,1 gesFS: 2,3 KH: 5,7 KS: 1,8 Kcal/KJ: 328/1371
Beilage M1	Vollkorn Farfalle ^{A,A1,} EW: 6,5 Fett: 2,0 gesFS: 0,3 KH: 33,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 184/771	Ciabatta ^{A,A1,A2,A3,} EW: 8,3 Fett: 1,1 gesFS: 0,2 KH: 42,0 KS: 1,7 Kcal/KJ: 211/883	Wedges (Kartoffelecken) ^{A,A1,} EW: 2,5 Fett: 5,0 gesFS: 2,7 KH: 20,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 140/586	Bio Reis gekocht (DE- ÖKO-006) EW: 2,4 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 26,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 119/498	Bio Kartoffeln (DE- ÖKO-006) EW: 2,1 Fett: 0,9 gesFS: 0,1 KH: 17,3 KS: 0,2 Kcal/KJ: 91/379
Gemüse Beilage M1	Rote Bete Salat (Öl & Essig) ^{3,9,} EW: 0,8 Fett: 9,4 gesFS: 0,8 KH: 5,5 KS: 1,3 Kcal/KJ: 113/472		Salatmischung Rumba EW: 1,1 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 2,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 15/63	Salatmischung Hip Hop EW: 1,4 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 3,9 KS: 0,3 Kcal/KJ: 26/109	Rahmspinat ^{G,1,} EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 1,6 KH: 2,8 KS: 0,6 Kcal/KJ: 50/210
0 Hauptkomponente M2	Gersten Bratling ^{A,H,L,} EW: 3,7 Fett: 4,5 gesFS: 0,0 KH: 4,5 KS: 0,0 Kcal/KJ: 75/312	Gebratene Kartoffeln EW: 2,5 Fett: 6,8 gesFS: 0,7 KH: 21,1 KS: 0,8 Kcal/KJ: 161/673	Vegetarisches Schnitzel (Milch, Ei, Weizen) Valess ^{A,A1,A4,C,G,} EW: 16,2 Fett: 2,9 gesFS: 0,5 KH: 6,5 KS: 1,5 Kcal/KJ: 126/527	Spinatknödel 75g ^{A,A1,C,G,} EW: 9,4 Fett: 5,4 gesFS: 3,0 KH: 21,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 174/728	Eieromlett Natur ^{C,G,} EW: 12,4 Fett: 10,1 gesFS: 4,2 KH: 5,6 KS: 1,3 Kcal/KJ: 165/692
Sauce M2	Tomatensauce frisch ^{L,} EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/163	Paprika-Dip ^{G,} EW: 5,9 Fett: 4,4 gesFS: 3,2 KH: 4,3 KS: 0,4 Kcal/KJ: 82/342	Ketchup-Paprikasauce EW: 0,7 Fett: 0,3 gesFS: 0,1 KH: 10,0 KS: 1,1 Kcal/KJ: 47/197	Käsesauce ^{G,1,} EW: 3,4 Fett: 4,9 gesFS: 3,1 KH: 6,4 KS: 1,3 Kcal/KJ: 83/347	

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 37	Montag 07.09.2026	Dienstag 08.09.2026	Mittwoch 09.09.2026	Donnerstag 10.09.2026	Freitag 11.09.2026
Beilage M2	Kartoffeln EW: 1,8 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 15,0 KS: 0,7 Kcal/KJ: 82/342 ☐	Gebratene Kartoffeln EW: 2,5 Fett: 6,8 gesFS: 0,7 KH: 21,1 KS: 0,8 Kcal/KJ: 161/673 ☐	Wedges (Kartoffelecken) A,A1, EW: 2,5 Fett: 5,0 gesFS: 2,7 KH: 20,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 140/586 ☐	☐	Bio Kartoffeln (DE-ÖKO-006) EW: 2,1 Fett: 0,9 gesFS: 0,1 KH: 17,3 KS: 0,2 Kcal/KJ: 91/379 ☐
Gemüse Beilage M2	Rote Bete Salat (Öl & Essig) ^{3,9} EW: 0,8 Fett: 9,4 gesFS: 0,8 KH: 5,5 KS: 1,3 Kcal/KJ: 113/472 ☐	Fingermöhrengemüse Natur ¹ EW: 0,6 Fett: 1,3 gesFS: 0,7 KH: 5,4 KS: 0,5 Kcal/KJ: 35/148 ☐	Salatmischung Rumba EW: 1,1 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 2,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 15/63 ☐	Salatmischung Hip Hop EW: 1,4 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 3,9 KS: 0,3 Kcal/KJ: 26/109 ☐	Rahmspinat ^{G,1} EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 1,6 KH: 2,8 KS: 0,6 Kcal/KJ: 50/210 ☐
0 Pasta (Pastabar)	☐	Ravioli Gemüsefüllung A,A1,1, EW: 5,9 Fett: 4,6 gesFS: 1,4 KH: 28,5 KS: 1,8 Kcal/KJ: 183/766 ☐	Bio Fusilli (Spirelli) gekocht (DE-ÖKO-006) A,A1, EW: 6,3 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 182/763 ☐	feine Bandnudeln ^{A,A1} EW: 6,3 Fett: 1,9 gesFS: 0,3 KH: 35,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 188/786 ☐	Maccaroni gekocht ^{A,A1,C} EW: 6,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,3 KH: 36,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 185/773 ☐
Sauce (Pastabar)	☐	Paprika-Ricottasauce ^{G,L} EW: 2,3 Fett: 3,0 gesFS: 1,1 KH: 5,4 KS: 0,6 Kcal/KJ: 60/252 ☐	Basilikumsauce Hell ^{G,1} EW: 1,9 Fett: 3,0 gesFS: 1,8 KH: 7,3 KS: 1,3 Kcal/KJ: 63/266 ☐	Linsen Ragout ^L EW: 3,6 Fett: 3,4 gesFS: 0,5 KH: 9,1 KS: 0,1 Kcal/KJ: 86/358 ☐	Tomaten Zucchini Sauce ^L EW: 1,0 Fett: 1,7 gesFS: 0,2 KH: 4,2 KS: 0,4 Kcal/KJ: 38/161 ☐
Käse (Pastabar)	☐	Parmesan ^{G,1,2} EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐	Parmesan ^{G,1,2} EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐	Parmesan ^{G,1,2} EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐	Parmesan ^{G,1,2} EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐
Beilagen/Blattsalat	☐	Möhrensalat mit Apfel ^{O,3} EW: 0,8 Fett: 6,7 gesFS: 0,5 KH: 7,8 KS: 0,5 Kcal/KJ: 96/401 ☐	Salatmischung Rumba EW: 1,1 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 2,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 15/63 ☐	Salatmischung Hip Hop EW: 1,4 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 3,9 KS: 0,3 Kcal/KJ: 26/109 ☐	Salatmischung Mülheim EW: 1,1 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 14,6 Kcal/KJ: 11/44 ☐

KW 37	Montag 07.09.2026	Dienstag 08.09.2026	Mittwoch 09.09.2026	Donnerstag 10.09.2026	Freitag 11.09.2026
Dressing 1	☐	☐	Salatsauce American <i>A,C,M,1,2,</i> EW: 0,4 Fett: 29,6 gesFS: 2,4 KH: 7,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 301/1258 ☐	Salatsauce American <i>A,C,M,1,2,</i> EW: 0,4 Fett: 29,6 gesFS: 2,4 KH: 7,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 301/1258 ☐	Salatsauce American <i>A,C,M,1,2,</i> EW: 0,4 Fett: 29,6 gesFS: 2,4 KH: 7,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 301/1258 ☐
Dressing 2	☐	☐	Salatsauce Italian (klar) ^{M,} EW: 0,2 Fett: 10,6 gesFS: 0,8 KH: 9,4 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐	Salatsauce Italian (klar) ^{M,} EW: 0,2 Fett: 10,6 gesFS: 0,8 KH: 9,4 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐	Salatsauce Italian (klar) ^{M,} EW: 0,2 Fett: 10,6 gesFS: 0,8 KH: 9,4 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐
Dressing 3	☐	☐	Salatsauce Joghurt ^{G,} EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 2,0 KH: 8,3 KS: 1,6 Kcal/KJ: 74/310 ☐	Salatsauce Joghurt ^{G,} EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 2,0 KH: 8,3 KS: 1,6 Kcal/KJ: 74/310 ☐	Salatsauce Joghurt ^{G,} EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 2,0 KH: 8,3 KS: 1,6 Kcal/KJ: 74/310 ☐
Dessert 1	Apfel EW: 0,3 Fett: 0,1 gesFS: 0,2 KH: 14,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 61/255 ☐	Pflaume EW: 0,6 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 10,2 KS: 0,0 Kcal/KJ: 45/188 ☐	Birne EW: 0,2 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 12,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 52/218 ☐	Erdbeerquark ^{G,} EW: 6,9 Fett: 0,1 gesFS: 0,1 KH: 18,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 102/426 ☐	Nektarine EW: 0,9 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 12,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 56/234 ☐
1 Zusatzbestellung Beilage	☐	Ravioli Gemüsefüllung <i>A,A1,1,</i> EW: 5,9 Fett: 4,6 gesFS: 1,4 KH: 28,5 KS: 1,8 Kcal/KJ: 183/766 ☐	Bio Fusilli (Spirelli) gekocht (DE-ÖKO-006) <i>A,A1,</i> EW: 6,3 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 182/763 ☐	feine Bandnudeln ^{A,A1,} EW: 6,3 Fett: 1,9 gesFS: 0,3 KH: 35,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 188/786 ☐	Maccaroni gekocht ^{A,A1,C,} EW: 6,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,3 KH: 36,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 185/773 ☐

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