

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 39	Montag 21.09.2026	Dienstag 22.09.2026	Mittwoch 23.09.2026	Donnerstag 24.09.2026	Freitag 25.09.2026
0 Hauptkomponente M1	Geflügelstreifen in fruchtiger Currysauce <i>A,A1,G,M,1,</i> EW: 10,4 Fett: 2,9 gesFS: 1,4 KH: 8,8 KS: 1,5 Kcal/KJ: 104/433	Rote Linsensuppe (püriert) EW: 3,0 Fett: 0,8 gesFS: 0,1 KH: 6,2 KS: 0,3 Kcal/KJ: 48/199	Gemüseschnitzel <i>A,A1,A4,A5,</i> EW: 4,1 Fett: 7,0 gesFS: 0,6 KH: 27,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 193/808	Nudel-Tomaten-Paprika Auflauf <i>A,A1,G,L,</i> EW: 1,6 Fett: 2,6 gesFS: 1,1 KH: 2,3 KS: 0,7 Kcal/KJ: 40/168	gebratenes Wildlachsfilet <i>A,A1,D,</i> EW: 16,4 Fett: 16,8 gesFS: 1,6 KH: 3,8 KS: 0,2 Kcal/KJ: 228/955
Sauce M1		Fladenbrot <i>A,A1,N,</i> EW: 8,2 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 48,8 KS: 0,7 Kcal/KJ: 242/1013	Kräutersauce hell <i>G,1,</i> EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 1,8 KH: 7,3 KS: 1,3 Kcal/KJ: 63/265		Dillsauce <i>G,1,</i> EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 1,7 KH: 7,2 KS: 1,1 Kcal/KJ: 63/264
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 <i>A,A1,A2,A3,A4,</i> EW: 4,3 Fett: 2,7 gesFS: 0,4 KH: 20,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 128/536	Kartoffeln EW: 1,8 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 15,0 KS: 0,7 Kcal/KJ: 82/342		Wild-Langkornreis EW: 2,5 Fett: 0,4 gesFS: 0,1 KH: 25,7 KS: 0,2 Kcal/KJ: 119/496
Gemüse Beilage M1	Maissalat EW: 2,1 Fett: 8,5 gesFS: 0,9 KH: 12,4 KS: 0,8 Kcal/KJ: 139/582		Wachsbrechbohnsensalat <i>M,9,</i> EW: 1,2 Fett: 2,2 gesFS: 0,2 KH: 4,6 KS: 1,5 Kcal/KJ: 48/200	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
0 Hauptkomponente M2	vegetarisches Curry <i>G,M,1,</i> EW: 6,2 Fett: 2,8 gesFS: 1,4 KH: 9,8 KS: 1,3 Kcal/KJ: 93/388	mini Pfannekuchen natur <i>A,A1,C,G,</i> EW: 6,6 Fett: 20,5 gesFS: 3,2 KH: 36,4 KS: 0,9 Kcal/KJ: 360/1506	Kartoffelpüree <i>G,1,3,</i> EW: 2,5 Fett: 2,4 gesFS: 1,5 KH: 13,5 KS: 0,9 Kcal/KJ: 88/368	Gnocchipfanne <i>C,</i> EW: 2,1 Fett: 4,0 gesFS: 0,5 KH: 25,9 KS: 0,9 Kcal/KJ: 152/636	Kartoffel-Kohlrabi-Auflauf <i>G,1,</i> EW: 3,0 Fett: 2,5 gesFS: 1,6 KH: 9,7 KS: 0,8 Kcal/KJ: 75/313
Sauce M2		Vanillesauce warm <i>G,</i> EW: 3,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,8 KH: 14,8 KS: 0,2 Kcal/KJ: 84/352	Champignonrahmsauce <i>G,1,</i> EW: 2,9 Fett: 3,5 gesFS: 1,8 KH: 6,2 KS: 0,9 Kcal/KJ: 70/292	Tomatensauce frisch <i>L,</i> EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/163	

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 39	Montag 21.09.2026	Dienstag 22.09.2026	Mittwoch 23.09.2026	Donnerstag 24.09.2026	Freitag 25.09.2026
Beilage M2	Vollkornreis gekocht EW: 3,1 Fett: 0,9 gesFS: 0,2 KH: 29,6 KS: 1,0 Kcal/KJ: 141/589 ☐	Schokoladensauce warm ^G , EW: 3,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,8 KH: 4,6 KS: 0,1 Kcal/KJ: 42/177 ☐	Kartoffelpüree ^{G,1,3} , EW: 2,5 Fett: 2,4 gesFS: 1,5 KH: 13,5 KS: 0,9 Kcal/KJ: 88/368 ☐	☐	☐
Gemüse Beilage M2	Maissalat EW: 2,1 Fett: 8,5 gesFS: 0,9 KH: 12,4 KS: 0,8 Kcal/KJ: 139/582 ☐	Zimt und Zucker EW: 0,1 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 101,1 KS: 0,0 Kcal/KJ: 405/1696 ☐	Blumenkohl in Rahm ^{G,1} , EW: 1,9 Fett: 1,4 gesFS: 0,7 KH: 5,1 KS: 0,6 Kcal/KJ: 43/182 ☐	☐	Salatmischung Hip Hop EW: 1,4 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 3,9 KS: 0,3 Kcal/KJ: 26/109 ☐
0 Pasta (Pastabar)	Vollkorn Fusilli ^{A,A1} , EW: 6,5 Fett: 2,0 gesFS: 0,3 KH: 33,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 184/771 ☐	Penne gekocht ^{A,A1,C,L} , EW: 3,7 Fett: 5,1 gesFS: 1,9 KH: 6,4 KS: 1,3 Kcal/KJ: 87/363 ☐	Spaghetti gekocht ^{A,A1,C} , EW: 6,8 Fett: 2,6 gesFS: 0,6 KH: 30,6 KS: 0,5 Kcal/KJ: 176/735 ☐	☐	BIO Orecchiette gekocht (Ohren Nudeln) ^{A,A1} , EW: 6,0 Fett: 1,8 gesFS: 0,3 KH: 36,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 187/784 ☐
Sauce (Pastabar)	Petersiliensauce hell ^{G,1} , EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 1,8 KH: 7,3 KS: 1,3 Kcal/KJ: 63/265 ☐	Tomatenrahmsauce ^{G,L} , EW: 0,9 Fett: 2,5 gesFS: 1,0 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 49/206 ☐	Vegetarische Bolognese ^{A,A3,F,L} , EW: 0,8 Fett: 1,2 gesFS: 0,2 KH: 3,2 KS: 0,4 Kcal/KJ: 28/116 ☐	☐	Helle Broccolisauce mit Tomatenwürfel ^{G,1} , EW: 2,2 Fett: 2,2 gesFS: 1,3 KH: 6,1 KS: 1,0 Kcal/KJ: 54/225 ☐
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	Maissalat EW: 2,1 Fett: 8,5 gesFS: 0,9 KH: 12,4 KS: 0,8 Kcal/KJ: 139/582 ☐	Krautsalat ³ , EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	Wachsbrechbohnsensalat ^{M,9} , EW: 1,2 Fett: 2,2 gesFS: 0,2 KH: 4,6 KS: 1,5 Kcal/KJ: 48/200 ☐	☐	Salatmischung Hip Hop EW: 1,4 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 3,9 KS: 0,3 Kcal/KJ: 26/109 ☐
Dressing 1	☐	☐	☐	Salatsauce American ^{A,C,M,1,2} , EW: 0,4 Fett: 29,6 gesFS: 2,4 KH: 7,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 301/1258 ☐	Salatsauce American ^{A,C,M,1,2} , EW: 0,4 Fett: 29,6 gesFS: 2,4 KH: 7,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 301/1258 ☐

KW 39	Montag 21.09.2026	Dienstag 22.09.2026	Mittwoch 23.09.2026	Donnerstag 24.09.2026	Freitag 25.09.2026
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 ☐
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 ☐
Dessert 1	Apfel EW: 0,3 Fett: 0,1 gesFS: 0,2 KH: 14,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 61/255 ☐	Birne EW: 0,2 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 12,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 52/218 ☐	Nektarine EW: 0,9 Fett: 0,1 gesFS: 0,0 KH: 12,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 56/234 ☐	Schokoladen Pudding ^G , EW: 3,4 Fett: 2,2 gesFS: 1,3 KH: 17,0 KS: 0,2 Kcal/KJ: 103/430 ☐	Banane EW: 1,2 Fett: 0,2 gesFS: 0,1 KH: 20,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 90/377 ☐
1 Zusatzbestell ung Beilage	Vollkorn Fusilli ^{A,A1} , EW: 6,5 Fett: 2,0 gesFS: 0,3 KH: 33,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 184/771 ☐	Penne gekocht ^{A,A1,C,L} , EW: 3,7 Fett: 5,1 gesFS: 1,9 KH: 6,4 KS: 1,3 Kcal/KJ: 87/363 ☐	Spaghetti gekocht ^{A,A1,C} , EW: 6,8 Fett: 2,6 gesFS: 0,6 KH: 30,6 KS: 0,5 Kcal/KJ: 176/735 ☐	☐	BIO Orecchiette gekocht (Ohren Nudeln) ^{A,A1} , EW: 6,0 Fett: 1,8 gesFS: 0,3 KH: 36,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 187/784 ☐

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