

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 40	Montag 28.09.2026	Dienstag 29.09.2026	Mittwoch 30.09.2026	Donnerstag 01.10.2026	Freitag 02.10.2026
0 Hauptkomponente M1	mediterrane Nudelpfanne <i>A,A1,C,L</i> EW: 2,6 Fett: 9,7 gesFS: 1,9 KH: 4,9 KS: 1,2 Kcal/KJ: 119/500 ☐	Kürbisc cremesuppe <i>G,M,1</i> EW: 0,7 Fett: 2,1 gesFS: 1,2 KH: 3,9 KS: 0,2 Kcal/KJ: 35/146 ☐	Valess Käseschnitzel <i>A,A1,A4,C,G,1</i> EW: 14,8 Fett: 9,6 gesFS: 2,6 KH: 16,7 KS: 1,4 Kcal/KJ: 219/916 ☐	Gebratene Kartoffeln EW: 2,5 Fett: 6,8 gesFS: 0,7 KH: 21,1 KS: 0,8 Kcal/KJ: 161/673 ☐	Seelachsfilet paniert <i>A,A1,D</i> EW: 15,8 Fett: 3,2 gesFS: 1,0 KH: 14,0 KS: 0,4 Kcal/KJ: 149/623 ☐
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 ☐	Tomaten-Basilikumsauce <i>L</i> EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,5 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/164 ☐	Rahmsauce Vegetarisch <i>G</i> EW: 0,7 Fett: 2,9 gesFS: 1,9 KH: 6,4 KS: 0,9 Kcal/KJ: 55/228 ☐	Zitronen-Kräuter-Mayonnaise <i>A,C,G,M,1,2</i> EW: 1,5 Fett: 32,1 gesFS: 2,6 KH: 7,4 KS: 1,1 Kcal/KJ: 326/1364 ☐
Beilage M1	☐	Roggen-Vollkornbrot <i>A,A1,A2,A4</i> EW: 8,2 Fett: 6,0 gesFS: 0,7 KH: 34,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 239/1000 ☐	Reisnudel gekocht <i>A,A1</i> EW: 6,3 Fett: 0,7 gesFS: 0,2 KH: 32,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 162/678 ☐	Gebratene Kartoffeln EW: 2,5 Fett: 6,8 gesFS: 0,7 KH: 21,1 KS: 0,8 Kcal/KJ: 161/673 ☐	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	Krautsalat ³ EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	☐	Salatmischung Mülheim EW: 1,1 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 14,6 Kcal/KJ: 11/44 ☐	Lauch in Rahm <i>G,1</i> EW: 2,3 Fett: 1,4 gesFS: 0,7 KH: 6,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 46/191 ☐	Salatmischung Rumba EW: 1,1 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 2,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 15/63 ☐
0 Hauptkomponente M2	Gemüsefrikadelle 75g <i>A,A1,C</i> EW: 4,4 Fett: 4,7 gesFS: 0,6 KH: 14,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 123/515 ☐	Käsespätzle <i>A,A1,C,G,1</i> EW: 5,4 Fett: 4,3 gesFS: 2,7 KH: 17,2 KS: 0,6 Kcal/KJ: 130/544 ☐	Vegetarische Bockwurst <i>C,1</i> EW: 9,5 Fett: 15,0 gesFS: 1,0 KH: 6,5 KS: 2,2 Kcal/KJ: 201/841 ☐	Ebly-Gemüsepfanne <i>A,A1,L</i> EW: 3,9 Fett: 2,6 gesFS: 0,3 KH: 21,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 129/539 ☐	gekochte Eier ^C EW: 13,0 Fett: 11,0 gesFS: 3,3 KH: 0,6 KS: 0,3 Kcal/KJ: 153/640 ☐
Sauce M2	Basilikumsauce Hell <i>G,1</i> EW: 1,9 Fett: 3,0 gesFS: 1,8 KH: 7,3 KS: 1,3 Kcal/KJ: 63/266 ☐	☐	Tomaten Ketchup EW: 1,0 Fett: 0,5 gesFS: 0,1 KH: 16,8 KS: 2,7 Kcal/KJ: 78/326 ☐	Petersiliensauce 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 ☐

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 40	Montag 28.09.2026	Dienstag 29.09.2026	Mittwoch 30.09.2026	Donnerstag 01.10.2026	Freitag 02.10.2026
Beilage M2	Reis gekocht EW: 2,4 Fett: 0,4 gesFS: 0,1 KH: 25,8 KS: 1,0 Kcal/KJ: 119/498 ☐	☐	Senf ^M , EW: 5,7 Fett: 6,3 gesFS: 0,9 KH: 2,1 KS: 2,2 Kcal/KJ: 102/427 ☐	☐	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	Krautsalat ³ , EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	Möhrensalat mit Apfel ^{O,3} , EW: 0,8 Fett: 6,7 gesFS: 0,5 KH: 7,8 KS: 0,5 Kcal/KJ: 96/401 ☐	Kartoffel - Möhren Stampf ^{O,1,3} , EW: 0,4 Fett: 0,9 gesFS: 0,5 KH: 3,7 KS: 0,3 Kcal/KJ: 26/109 ☐	☐	Salatmischung Rumba EW: 1,1 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 2,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 15/63 ☐
0 Pasta (Pastabar)	Ravioli Rindfleischfüllung gekocht ^{A,A1,C,L} , EW: 8,3 Fett: 8,6 gesFS: 2,1 KH: 27,0 KS: 1,7 Kcal/KJ: 222/930 ☐	Maccaroni gekocht ^{A,A1,C} , EW: 6,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,3 KH: 36,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 185/773 ☐	Vollkorn Boccolini gekocht ^{A,A1} , EW: 6,3 Fett: 1,9 gesFS: 0,2 KH: 31,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 177/742 ☐	Spaghetti gekocht ^{A,A1,C} , EW: 6,8 Fett: 2,6 gesFS: 0,6 KH: 30,6 KS: 0,5 Kcal/KJ: 176/735 ☐	Bunte Schleifen Nudeln (Farfalle) ^{A,A1} , EW: 6,0 Fett: 1,6 gesFS: 0,3 KH: 36,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 188/786 ☐
Sauce (Pastabar)	Tomatensauce frisch ^L , EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/163 ☐	Paprikasauce Hell ^{G,1} , EW: 2,0 Fett: 3,7 gesFS: 2,0 KH: 10,7 KS: 1,3 Kcal/KJ: 85/355 ☐	Zucchini-sauce Hell ^{G,1} , EW: 1,7 Fett: 3,0 gesFS: 1,4 KH: 7,7 KS: 0,9 Kcal/KJ: 67/278 ☐	Linsenbolognese ^L , EW: 3,6 Fett: 3,4 gesFS: 0,5 KH: 9,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 85/354 ☐	helle Erbsen- Putenschinkensauce ^{G,1,2,3,8} , EW: 8,8 Fett: 3,2 gesFS: 1,4 KH: 5,8 KS: 1,5 Kcal/KJ: 88/369 ☐
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 ☐	Parmesan ^{G,1,2} , EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐
Beilagen/Blatt salat	Krautsalat ³ , EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	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 Mülheim EW: 1,1 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 1,6 KS: 14,6 Kcal/KJ: 11/44 ☐	grüner Bohnensalat ^M , EW: 2,0 Fett: 2,9 gesFS: 0,3 KH: 7,1 KS: 0,7 Kcal/KJ: 63/265 ☐	Salatmischung Rumba EW: 1,1 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 2,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 15/63 ☐

KW 40	Montag 28.09.2026	Dienstag 29.09.2026	Mittwoch 30.09.2026	Donnerstag 01.10.2026	Freitag 02.10.2026
Dressing 1	☐	☐	Salatsauce Balsamico <i>G,M,O,1,5,</i> EW: 0,8 Fett: 47,6 gesFS: 6,0 KH: 14,0 KS: 2,7 Kcal/KJ: 492/2058 ☐	☐	Salatsauce Balsamico <i>G,M,O,1,5,</i> EW: 0,8 Fett: 47,6 gesFS: 6,0 KH: 14,0 KS: 2,7 Kcal/KJ: 492/2058 ☐
Dressing 2	☐	☐	Salatsauce Italian (klar) <i>M,</i> EW: 0,2 Fett: 10,6 gesFS: 0,8 KH: 9,4 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐	☐	Salatsauce Italian (klar) <i>M,</i> EW: 0,2 Fett: 10,6 gesFS: 0,8 KH: 9,4 KS: 2,2 Kcal/KJ: 135/564 ☐
Dressing 3	☐	☐	Salatsauce Joghurt <i>G,</i> EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 2,0 KH: 8,3 KS: 1,6 Kcal/KJ: 74/310 ☐	☐	Salatsauce Joghurt <i>G,</i> EW: 2,8 Fett: 3,0 gesFS: 2,0 KH: 8,3 KS: 1,6 Kcal/KJ: 74/310 ☐
Dessert 1	Pflaume EW: 0,6 Fett: 0,2 gesFS: 0,0 KH: 10,2 KS: 0,0 Kcal/KJ: 45/188 ☐	Apfel EW: 0,3 Fett: 0,1 gesFS: 0,2 KH: 14,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 61/255 ☐	BIO-Banane (DE- ÖKO-006) EW: 0,0 Fett: 0,0 gesFS: 0,0 KH: 0,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 0/0 ☐	Vanillequark <i>G,</i> EW: 7,9 Fett: 1,3 gesFS: 0,8 KH: 9,5 KS: 0,1 Kcal/KJ: 81/339 ☐	Kiwi EW: 1,0 Fett: 0,6 gesFS: 1,5 KH: 9,1 KS: 0,0 Kcal/KJ: 54/226 ☐
1 Zusatzbestell ung Beilage	Ravioli Rindfleischfüllung gekocht <i>A,A1,C,L,</i> EW: 8,3 Fett: 8,6 gesFS: 2,1 KH: 27,0 KS: 1,7 Kcal/KJ: 222/930 ☐	Maccaroni gekocht <i>A,A1,C,</i> EW: 6,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,3 KH: 36,2 KS: 1,0 Kcal/KJ: 185/773 ☐	Vollkorn Boccolini gekocht <i>A,A1,</i> EW: 6,3 Fett: 1,9 gesFS: 0,2 KH: 31,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 177/742 ☐	Spaghetti gekocht <i>A,A1,C,</i> EW: 6,8 Fett: 2,6 gesFS: 0,6 KH: 30,6 KS: 0,5 Kcal/KJ: 176/735 ☐	Bunte Schleifen Nudeln (Farfalle) <i>A,A1,</i> EW: 6,0 Fett: 1,6 gesFS: 0,3 KH: 36,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 188/786 ☐

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