

Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



KW 45	Montag 02.11.2026	Dienstag 03.11.2026	Mittwoch 04.11.2026	Donnerstag 05.11.2026	Freitag 06.11.2026
0 Hauptkomponente M1	Rinderbolognese ^L EW: 7,3 Fett: 5,7 gesFS: 2,2 KH: 3,8 KS: 0,5 Kcal/KJ: 97/406 ☐	Weißer Bohneneintopf ^L EW: 2,9 Fett: 1,2 gesFS: 0,1 KH: 6,2 KS: 0,4 Kcal/KJ: 53/223 ☐	Wedges (Kartoffelecken) ^{A,A1} EW: 2,5 Fett: 5,0 gesFS: 2,7 KH: 20,0 KS: 1,2 Kcal/KJ: 140/586 ☐	Tomaten-Reis Auflauf ^{G,L} EW: 3,8 Fett: 2,5 gesFS: 1,2 KH: 14,0 KS: 0,7 Kcal/KJ: 97/408 ☐	Fischfrikadelle ^{A,A1,D,G,M} EW: 11,4 Fett: 6,4 gesFS: 1,0 KH: 19,9 KS: 1,5 Kcal/KJ: 185/774 ☐
Sauce M1	Parmesan ^{G,1,2} EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐	Fladenbrot ^{A,A1,N} EW: 8,2 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 48,8 KS: 0,7 Kcal/KJ: 242/1013 ☐	Sauerrahm-Dip ^G EW: 3,1 Fett: 16,8 gesFS: 11,6 KH: 4,4 KS: 0,9 Kcal/KJ: 183/765 ☐	Tomatensauce frisch ^L EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/163 ☐	Schnittlauch-Dip ^G EW: 6,5 Fett: 2,5 gesFS: 1,7 KH: 4,4 KS: 0,4 Kcal/KJ: 66/278 ☐
Beilage M1	Vollkorn Fusilli ^{A,A1} EW: 6,5 Fett: 2,0 gesFS: 0,3 KH: 33,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 184/771 ☐	Graubrot Scheibe ^{A,A1,A2,A3,A4} EW: 4,3 Fett: 2,7 gesFS: 0,4 KH: 20,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 128/536 ☐	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 M1	Krautsalat ³ EW: 1,2 Fett: 1,9 gesFS: 0,1 KH: 6,9 KS: 1,6 Kcal/KJ: 55/228 ☐	☐	Karotten-Krautsalat ³ EW: 1,1 Fett: 2,0 gesFS: 0,1 KH: 6,8 KS: 1,5 Kcal/KJ: 55/231 ☐	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 ☐
0 Hauptkomponente M2	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 ☐	Semmelknödel 75g ^{A,A1,C,G} EW: 11,0 Fett: 2,2 gesFS: 0,7 KH: 23,0 KS: 1,4 Kcal/KJ: 161/674 ☐	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 ☐	Gnocchi mit Kräuterpestofüllung ^{A,A1,G} EW: 3,9 Fett: 0,6 gesFS: 0,2 KH: 34,3 KS: 0,2 Kcal/KJ: 162/678 ☐	Gemüsedonut ^{A,A1,L} EW: 4,5 Fett: 9,6 gesFS: 0,8 KH: 25,0 KS: 0,7 Kcal/KJ: 208/870 ☐
Sauce M2	Parmesan ^{G,1,2} EW: 28,0 Fett: 22,0 gesFS: 16,0 KH: 0,0 KS: 2,2 Kcal/KJ: 334/1397 ☐	Käsesauce ^{G,1} EW: 3,4 Fett: 4,9 gesFS: 3,1 KH: 6,4 KS: 1,3 Kcal/KJ: 83/347 ☐	Kräutersauce hell ^{G,1} EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 1,8 KH: 7,3 KS: 1,3 Kcal/KJ: 63/265 ☐	Tomatensauce frisch ^L EW: 0,8 Fett: 1,4 gesFS: 0,2 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 39/163 ☐	Schnittlauch-Dip ^G EW: 6,5 Fett: 2,5 gesFS: 1,7 KH: 4,4 KS: 0,4 Kcal/KJ: 66/278 ☐

Menüplan

Nährwerte je 100g

KW 45	Montag 02.11.2026	Dienstag 03.11.2026	Mittwoch 04.11.2026	Donnerstag 05.11.2026	Freitag 06.11.2026
Beilage M2	Vollkorn Fusilli ^{A,A1,} EW: 6,5 Fett: 2,0 gesFS: 0,3 KH: 33,0 KS: 0,6 Kcal/KJ: 184/771 ☐	☐	Kartoffeln EW: 1,8 Fett: 1,2 gesFS: 0,3 KH: 15,0 KS: 0,7 Kcal/KJ: 82/342 ☐	☐	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 ^{0,3,} EW: 0,8 Fett: 6,6 gesFS: 0,5 KH: 7,2 KS: 0,5 Kcal/KJ: 93/389 ☐	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 ☐
0 Pasta (Pastabar)	☐	Bio Penne gekocht (DE-ÖKO-006) ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767 ☐	Rigatoni gekocht ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,3 KH: 36,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 184/769 ☐	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 ☐	Tortellini Formaggio / Käse gekocht ^{A,A1,C,G,1,} EW: 6,6 Fett: 4,7 gesFS: 1,8 KH: 34,2 KS: 1,2 Kcal/KJ: 208/872 ☐
Sauce (Pastabar)	☐	Käsesauce ^{G,1,} EW: 3,4 Fett: 4,9 gesFS: 3,1 KH: 6,4 KS: 1,3 Kcal/KJ: 83/347 ☐	helle Erbsensauce ^{G,1,} EW: 2,1 Fett: 2,6 gesFS: 1,5 KH: 7,2 KS: 1,2 Kcal/KJ: 62/257 ☐	Tomatenrahmsauce ^{G,L,} EW: 0,9 Fett: 2,5 gesFS: 1,0 KH: 5,4 KS: 0,3 Kcal/KJ: 49/206 ☐	Schnittlauchsauce hell ^{G,1,} EW: 1,9 Fett: 2,9 gesFS: 1,7 KH: 7,2 KS: 1,1 Kcal/KJ: 63/264 ☐
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 ^{0,3,} EW: 0,8 Fett: 6,6 gesFS: 0,5 KH: 7,2 KS: 0,5 Kcal/KJ: 93/389 ☐	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 ☐
Dressing 1	☐	☐	Salatsauce Balsamico ^{G,M,O,1,5,} EW: 0,8 Fett: 47,6 gesFS: 6,0 KH: 14,0 KS: 2,7 Kcal/KJ: 492/2058 ☐	Salatsauce Balsamico ^{G,M,O,1,5,} EW: 0,8 Fett: 47,6 gesFS: 6,0 KH: 14,0 KS: 2,7 Kcal/KJ: 492/2058 ☐	Salatsauce Balsamico ^{G,M,O,1,5,} EW: 0,8 Fett: 47,6 gesFS: 6,0 KH: 14,0 KS: 2,7 Kcal/KJ: 492/2058 ☐

KW 45	Montag 02.11.2026	Dienstag 03.11.2026	Mittwoch 04.11.2026	Donnerstag 05.11.2026	Freitag 06.11.2026
Dressing 2	☐	☐	Salatsauce French <i>A,C,G,M,1,2,</i> EW: 1,3 Fett: 27,2 gesFS: 2,7 KH: 13,4 KS: 2,8 Kcal/KJ: 306/1279	Salatsauce French <i>A,C,G,M,1,2,</i> EW: 1,3 Fett: 27,2 gesFS: 2,7 KH: 13,4 KS: 2,8 Kcal/KJ: 306/1279	Salatsauce French <i>A,C,G,M,1,2,</i> EW: 1,3 Fett: 27,2 gesFS: 2,7 KH: 13,4 KS: 2,8 Kcal/KJ: 306/1279
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	Birne EW: 0,2 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 12,4 KS: 0,0 Kcal/KJ: 52/218	Banane EW: 1,2 Fett: 0,2 gesFS: 0,1 KH: 20,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 90/377	Heidelbeer-Himbeer-Quark ^G EW: 6,9 Fett: 0,1 gesFS: 0,1 KH: 18,0 KS: 0,1 Kcal/KJ: 102/425	Clementine EW: 0,7 Fett: 0,3 gesFS: 0,0 KH: 9,0 KS: 0,0 Kcal/KJ: 46/192
1 Zusatzbestellung Beilage	☐	Bio Penne gekocht (DE-ÖKO-006) ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,5 gesFS: 0,2 KH: 35,5 KS: 1,0 Kcal/KJ: 183/767	Rigatoni gekocht ^{A,A1,} EW: 6,0 Fett: 1,4 gesFS: 0,3 KH: 36,0 KS: 1,0 Kcal/KJ: 184/769	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	Tortellini Formaggio / Käse gekocht ^{A,A1,C,G,1,} EW: 6,6 Fett: 4,7 gesFS: 1,8 KH: 34,2 KS: 1,2 Kcal/KJ: 208/872

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