

Kaiserschmarrn ohne Rosinen

mit Vanillesauce

10.11.2025

Kaiserschmarrn ohne Rosinen

Zutaten: Magermilch, Weizenmehl (20%), Hühnereier, Zucker, Wasser, pflanzliches Öl: Raps; **Weizengluten**, Stabilisator: Sorbitsirup; Diphosphate, Palmfett, Stärke, jodiertes Speisesalz (Speisesalz), Vanilleschoten gemahlen, Backtriebmittel: Natriumcarbonat; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.061 kJ / 253 kcal
Fett	8,0 g
- davon gesättigt	2,4 g
Kohlenhydrate	36,0 g
- davon Zucker	13,4 g
Eiweiß	9,0 g
Salz	0,75 g

warme Vanillesauce

Zutaten: Milch, Zucker, Stärke, Speisesalz, Vanille (0,1%), Kurkuma, Farbstoffe: Riboflavin, Norbixin; Aroma.

	pro 100g
Brennwert	336 kJ / 80 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	13,7 g
- davon Zucker	13,5 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	0,12 g

Kaltmenü: Reibekuchen

mit feinem Apfelmus

10.11.2025

kalte Reibekuchen

Zutaten: Kartoffeln (74%), pflanzliches Öl: Raps; **Weizenmehl**, Zwiebeln (3,0%), **Vollei** (2,5%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	702 kJ / 168 kcal
Fett	7,8 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	20,0 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	3,2 g
Salz	1,20 g

Apfelmus

Zutaten: Äpfel (94%), Glukose-Fruktose-Sirup, Zucker, Säuerungsmittel: Citronensäure; Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure.

	pro 100g
Brennwert	302 kJ / 72 kcal
Fett	0,1 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	16,3 g
- davon Zucker	15,3 g
Eiweiß	0,3 g
Salz	0,01 g

Glutenkost: Vegetarische Spinat-Käse-Bällchen aus Erbsen- & Sonnenblumenprotein, dazu Kohlrabigemüse und Erbsen-Kartoffelstampf 10.11.2025	Asia Reis mit Erbsen, Karotten und Rührei, dazu Gurkensalat natur 11.11.2025																																																
<u>Spinat Mozzarella Bällchen mit Kohlrabi und Erbsen-Kartoffelstampf</u> Zutaten: Kohlrabi, Kartoffeln, teilentrahmte MILCH, Erbsen (5%), Wasser, HÜHNEREI, Rapsöl, Erbsen püriert, Blattspinat (3%), Mozzarella (3%) (KUH MILCH, Stärke, Speisesalz, Starterkultur, mikrobielles Lab), Erbsenprotein (3%), Zwiebeln, Sonnenblumenprotein (1%), jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), modifizierte Stärke, Kartoffelpüreeflocken (Kartoffeln, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Curcumaextrakt), Basilikum, Petersilie, Tomatenmark, Dextrose, Zucker, Kräuter, Gewürze.. <table> <tr><td colspan="2">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td>494 kJ / 118 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>6,0 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td>1,0 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>9,0 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td>3,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>6,0 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,29 g</td></tr> </table>	pro 100g		Brennwert	494 kJ / 118 kcal	Fett	6,0 g	- davon gesättigt	1,0 g	Kohlenhydrate	9,0 g	- davon Zucker	3,0 g	Eiweiß	6,0 g	Salz	1,29 g	<u>Reispfanne mit Ei</u> Zutaten: Karotten (24%), Erbsen (24%), Ei (21%), Wasser, Reis (9,0%), Butter, Speisesalz, Vollmilchpulver, Petersilie, Ingwer, Kurkuma , Zitronengras, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat. <table> <tr><td colspan="2">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td>522 kJ / 125 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>5,7 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td>2,4 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>12,6 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td>2,7 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>5,5 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,62 g</td></tr> </table> <u>Gurkensalat in Rahm</u> Zutaten: Gurke (60%), Magermilchjoghurt (8,0%), pflanzliches Öl: Raps; Wasser, Zucker, Sahne (4,8%), Eigelb, Senfsaat, Branntweinessig, Zwiebeln, Gewürze, Kräuter, Dill, Säuerungsmittel: Äpfelsäure, Citronensäure, Weinsäure. <table> <tr><td colspan="2">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td>806 kJ / 193 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td>17,0 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td>1,5 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td>9,1 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td>9,0 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td>1,3 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td>1,10 g</td></tr> </table>	pro 100g		Brennwert	522 kJ / 125 kcal	Fett	5,7 g	- davon gesättigt	2,4 g	Kohlenhydrate	12,6 g	- davon Zucker	2,7 g	Eiweiß	5,5 g	Salz	1,62 g	pro 100g		Brennwert	806 kJ / 193 kcal	Fett	17,0 g	- davon gesättigt	1,5 g	Kohlenhydrate	9,1 g	- davon Zucker	9,0 g	Eiweiß	1,3 g	Salz	1,10 g
pro 100g																																																	
Brennwert	494 kJ / 118 kcal																																																
Fett	6,0 g																																																
- davon gesättigt	1,0 g																																																
Kohlenhydrate	9,0 g																																																
- davon Zucker	3,0 g																																																
Eiweiß	6,0 g																																																
Salz	1,29 g																																																
pro 100g																																																	
Brennwert	522 kJ / 125 kcal																																																
Fett	5,7 g																																																
- davon gesättigt	2,4 g																																																
Kohlenhydrate	12,6 g																																																
- davon Zucker	2,7 g																																																
Eiweiß	5,5 g																																																
Salz	1,62 g																																																
pro 100g																																																	
Brennwert	806 kJ / 193 kcal																																																
Fett	17,0 g																																																
- davon gesättigt	1,5 g																																																
Kohlenhydrate	9,1 g																																																
- davon Zucker	9,0 g																																																
Eiweiß	1,3 g																																																
Salz	1,10 g																																																

Die Angaben über kcal/kJ sind Durchschnittswerte, die sich auf 100 g des Menüs beziehen. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gemäß EG-Öko-Verordnung gekocht. Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene. Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen und Informationen: 1=Farbstoff; 2=Säuerungsmittel; 3=Konservierungsmittel; 4=Verdickungsmittel; 5=Antioxidationsmittel; 6=aus Fleischteilen zusammengefügt; 7=Nitritpökelsalz; 8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat. Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21= Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere. Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.

Geflügelbolognesesauce

mit Gabelspaghetti

11.11.2025

Glutenkost: Hähnchen-Medaillons

in Gemüsesoße, dazu Reis

11.11.2025

Geflügel-Bolognese

Zutaten: Tomaten (55%), Wasser, Geflügel (13%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, Zucker, **Weizenmehl**, Oregano, Kartoffelstärke, Basilikum, Knoblauch, Thymian, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	306 kJ / 73 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	7,5 g
Eiweiß	5,1 g
Salz	0,47 g

Gabelspaghetti

Zutaten: Hartweizengrieß (57%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	622 kJ / 148 kcal
Fett	4,3 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	22,9 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	3,8 g
Salz	0,50 g

Hähnchen-Medaillons in Gemüsesauce, dazu Reis

Zutaten: Langkornreis gegart (Wasser, Langkornreis, Speisesalz), Wasser, teilentrahmte MILCH, Hähnchenmedaillons (9%) (Hähnchenbrustfilet, Hähncheninnenfilet, Sonnenblumenöl, vollständig raffiniertes Sojaöl, Stärke, Speisesalz, Dextrose, Säureregulator Natriumcitrat), Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (9%) (Karotten, Broccoli, Zucchini), Rapsöl, SAUERRAHM, modifizierte Stärke, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Kräuter, Zucker, **Senf** (Wasser, SENFSAAT, Branntweinessig, Speisesalz, Gewürze, Gewürzextrakt), Wein-Branntweinessig, Gewürze, Pastinakenpulver, Zitronensaft, Säuerungsmittel Citronensäure, natürliches Aroma, Dextrose..

pro 100g

Brennwert	445 kJ / 106 kcal
Fett	4,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	13,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	4,0 g
Salz	0,82 g

Verschiedene Blattsalate

Mit Kichererbsen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und Hausdressing
11.11.2025

Vegetarische Hackbällchen (Sojabasis)

auf Wirsing in Rahm, dazu Kartoffelpüree
12.11.2025

Kichererbsen

Zutaten: Kichererbsen (98%), Wasser, Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	501 kJ / 120 kcal
Fett	2,3 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	15,1 g
- davon Zucker	0,5 g
Eiweiß	7,0 g
Salz	0,30 g

Hausdressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps (30%); Zucker, Brantweinessig (2,9%), **Eigelb** (1,9%), Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.300 kJ / 311 kcal
Fett	30,9 g
- davon gesättigt	2,5 g
Kohlenhydrate	10,9 g
- davon Zucker	5,7 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	2,14 g

Cocktaildressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Tomaten (19%), Zucker, Brantweinessig (1,8%), Speisesalz, **Eigelb** (1,2%), **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	906 kJ / 216 kcal
Fett	19,9 g
- davon gesättigt	1,6 g
Kohlenhydrate	9,6 g
- davon Zucker	6,2 g
Eiweiß	1,4 g
Salz	1,38 g

Mais

Zutaten: Mais (90%), Wasser, Speisesalz, Säuerungsmittel: Citronensäure.

	pro 100g
Brennwert	384 kJ / 92 kcal
Fett	2,7 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	11,0 g
- davon Zucker	4,0 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	0,43 g

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

	pro 100g
Brennwert	74 kJ / 18 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 g

vegetarische Sojahackbällchen*

Zutaten: Wasser, **Sojaproteinkonzentrat** (33%), pflanzliches Öl: Raps; Kartoffelflocken, Zwiebeln, Dextrose, Speisesalz, Gewürze, Carobpulver, Verdickungsmittel: Methylcellulose.

	pro 100g
Brennwert	723 kJ / 173 kcal
Fett	4,7 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	14,0 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	16,0 g
Salz	1,50 g

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

	pro 100g
Brennwert	69 kJ / 16 kcal
Fett	0,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	1,3 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	1,6 g
Salz	0,09 g

Cocktail-Dressing

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Tomaten (19%), Zucker, Brantweinessig (1,8%), Speisesalz, **Eigelb**, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	906 kJ / 216 kcal
Fett	19,9 g
- davon gesättigt	1,6 g
Kohlenhydrate	9,6 g
- davon Zucker	6,2 g
Eiweiß	1,4 g
Salz	1,38 g

Hausgemachtes Kartoffelpüree

Zutaten: Kartoffeln (62%), **Milch** (36%), **Butter** (1,3%), Speisesalz, Muskat, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	342 kJ / 82 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 g

mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat. Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21=Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere. Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.

Kartoffelcremesuppe
dazu Geflügelbockwurstscheiben
12.11.2025

Glutenkost: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne
in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern
12.11.2025

Kartoffel-Rahm-Suppe

Zutaten: Kartoffeln (40%), Wasser, Karotten, Porree, **Sellerie**, Zwiebeln, **Sahne** (4,2%), Speisesalz, **Butter** (0,6%), Petersilie, Liebstöckel, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	250 kJ / 60 kcal
Fett	1,8 g
- davon gesättigt	1,2 g
Kohlenhydrate	8,9 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	1,3 g
Salz	0,65 g

Geflügelbockwurst-Scheiben

Zutaten: Geflügelfleisch (Pute, Huhn), Wasser, Speisesalz, Gewürze, Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure, Natriumascorbat; Gewürzextrakte, Glukosesirup, Kräuter, essbare Hülle (aus Rinderkollagen), Säureregulator: Natriumcarbonat; Konservierungsstoff: Natriumnitrit; Buchenholzrauch.

	pro 100g
Brennwert	617 kJ / 147 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigt	3,1 g
Kohlenhydrate	0,6 g
- davon Zucker	0,4 g
Eiweiß	14,0 g
Salz	2,30 g

Feine Süßkartoffel-Gnocchi in hausgemachter Gemüse-Sahnesauc, verfeinert mit Kräutern

Zutaten: Gnocchi mit Süßkartoffel (34%) (Kartoffeln, Süßkartoffeln (27%), Stärke, Maisgrieß, Rapsöl, Speisesalz, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Säuerungsmittel Citronensäure, Curcuma, Curcumaextrakt), Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (29%) (Broccoli, Karotten, gelbe Karotten), SAHNE (24%), Zwiebeln, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), modifizierte Stärke, Kräuter (1%), Zucker, Gewürze..

	pro 100g
Brennwert	718 kJ / 172 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigt	5,0 g
Kohlenhydrate	16,0 g
- davon Zucker	5,0 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	1,17 g

Bio-/Fairtrade®-Banane

12.11.2025

Bio-/Fairtrade®-Banane**Zutaten:** Bio-/Fairtrade®-Banane.

pro 100g

Brennwert	375 kJ / 90 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	20,0 g
- davon Zucker	17,3 g
Eiweiß	1,2 g
Salz	0,00 g

Bio Spaghetti Napoli

Spaghetti mit Tomatensauce

13.11.2025

Bio Spaghetti**Zutaten:** BIO-Hartweizengrieß (72%), Wasser, BIO-Rapsöl , Speisesalz.

pro 100g

Brennwert	724 kJ / 173 kcal
Fett	5,4 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	26,1 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	4,1 g
Salz	0,50 g

Bio Tomatensauce**Zutaten:** BIO-Tomatenmark (47%), Wasser, BIO-Zwiebel, BIO-Karotte, **BIO-Weizenmehl**, BIO-Zucker, BIO-Porree, **BIO-Sellerie**, **BIO-Weizenstärke**, Speisesalz, BIO-Paprika, BIO-Rapsöl , BIO-Knoblauch, BIO-Basilikum, BIO-Oregano, BIO-Pfeffer, BIO-Wacholderbeeren.

pro 100g

Brennwert	220 kJ / 52 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	9,5 g
- davon Zucker	8,1 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,75 g

Schweinegulasch "Szegediner Art"

mit Sauerkraut, dazu Kartoffelpüree

13.11.2025

Glutenkost: Truthahnschnitzel "natur"

in Rahmsoße, dazu Fingermöhren, Erbsen & Reis

13.11.2025

Schweinegulasch "Szegediner Art"

Zutaten: Weißkohl (24%), Wasser, Tomaten, Schweinefleisch (21%), Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Zucker, Pfeffer, Knoblauch, Majoran, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Natriumcarbonat; Kaliumjodat.

pro 100g

Brennwert	259 kJ / 62 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	5,1 g
- davon Zucker	3,9 g
Eiweiß	5,9 g
Salz	1,00 g

Kartoffelrösti*

Zutaten: Kartoffeln (90%), pflanzliches Öl: Sonnenblumen; Dextrose, Zwiebelpulver, Speisesalz, weißer Pfeffer, Stabilisator: Dinatriumdiphosphat.

pro 100g

Brennwert	696 kJ / 166 kcal
Fett	7,0 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	22,5 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	0,90 g

Truthahnschnitzel "natur" in Rahmsauce, mit Fingermöhrchen und Erbsen, dazu Langkornreis

Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (28%) (Fingermöhrchen, Erbsen), Wasser, Reis gegart (Wasser, Langkornreis), Truthahnfleisch (17%), SAUERRAHM (3%), modifizierte Stärke, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), HÜHNEREI, Apfelsaftkonzentrat, Zwiebeln, Tomatenmark, Zucker, Hühnerfett, Reismehl, Gewürze (enthält SELLERIE), Gewürzextrakte, Trockenglucosesirup, Branntweinessig, Kräuter, Maltodextrin, Champignonextrakt, Dextrose, Geflügelextrakt, Wein-Branntweinessig.

pro 100g

Brennwert	391 kJ / 93 kcal
Fett	3,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	10,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	6,0 g
Salz	0,74 g

Naturjoghurt 3,5% - 13.11.2025		Naturjoghurt 3,5% - 13.11.2025	
Dessert Naturjoghurt 3,5 %		Dessert Naturjoghurt 3,5 %	
Zutaten: Joghurt 100g.		Zutaten: Joghurt 100g.	
	pro 100g		pro 100g
Brennwert	276 kJ / 66 kcal	Brennwert	276 kJ / 66 kcal
Fett	0,0 g	Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g	- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	0,0 g	Kohlenhydrate	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g	- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g	Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 g	Salz	0,00 g

Die Angaben über kcal/kJ sind Durchschnittswerte, die sich auf 100 g des Menüs beziehen. Alle Menüs sind mit jodiertem Speisesalz hergestellt. Alle Komponenten der BIO-Linie werden aus Zutaten mit BIO-Qualität gemäß EG-Öko-Verordnung gekocht. Unsere Saucen werden mit Weizenmehl und Kartoffelstärke gebunden. Aus Gründen der Produktsicherheit werden unsere Rohkartoffeln vom Hersteller mit Schwefel vorbehandelt. Reklamationen über unsere Produkte können nur am Liefertag berücksichtigt werden. Zusätzlich behalten wir uns markt- und lieferbedingte Änderungen der Menüzusammensetzung vor. ZIA= Zusatzstoffe, Informationen und Allergene. Mit folg. zugelassenen Zusatzstoffen und Informationen: 1=Farbstoff; 2=Säuerungsmittel; 3=Konservierungsmittel; 4=Verdickungsmittel; 5=Antioxidationsmittel; 6=aus Fleischteilen zusammengefügt; 7=Nitritpökelsalz; 8= Sauce Hollandaise mit pflanzl. Fett; 9=Süßungsmittel; 10= Phosphat. Mit folg. Allergenen: 11a = Weizen; 11b = Gerste; 11c = Hafer; 11d = Dinkel; 12=Krebstiere; 13= Ei; 14=Fisch; 15=Erdnüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21=Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Lupinen; 24=Weichtiere. Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.

Verschiedene Blattsalate

Mit Tomaten und Gurkenscheiben, dazu Balsamicodressing und Joghurtdressing
13.11.2025

Gurkenscheiben

Zutaten: Gurke 100g.

	pro 100g
Brennwert	59 kJ / 14 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	1,8 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,00 g

Tomatenscheiben

Zutaten: Tomaten 100g.

	pro 100g
Brennwert	80 kJ / 19 kcal
Fett	0,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	2,6 g
- davon Zucker	2,5 g
Eiweiß	1,0 g
Salz	0,01 g

Balsamicodressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Honig (5,2%), Zucker, Weinessig (1,8%), **Eigelb** (1,3%), Speisesalz, **Senfsaat**, Branntweinessig, Maisstärke, Petersilie, Traubenmostkonzentrat, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	952 kJ / 227 kcal
Fett	20,1 g
- davon gesättigt	1,6 g
Kohlenhydrate	13,2 g
- davon Zucker	8,4 g
Eiweiß	0,5 g
Salz	1,48 g

Joghurtdressing, Salatbar klein

Zutaten: **Joghurt** (68%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Branntweinessig, Speisesalz, Schnittlauch, Zucker, Kräuter, Petersilie, Dill, Zwiebeln, Karotten, Paprika, Lauch, Dextrose, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	230 kJ / 55 kcal
Fett	3,4 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	3,2 g
- davon Zucker	3,1 g
Eiweiß	2,4 g
Salz	0,70 g

Putengeschnetzeltes

mit Rotkohl und Kartoffelpüree
14.11.2025

Putengeschnetzeltes

Zutaten: Wasser, Tomaten, Putenbrust, Karotten, Zwiebeln, Porree, **Weizenmehl**, Speisesalz, Kartoffelstärke, Zucker, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	243 kJ / 58 kcal
Fett	1,8 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	4,6 g
- davon Zucker	2,7 g
Eiweiß	5,5 g
Salz	1,00 g

Rotkohl

Zutaten: Rotkohl (57%), Äpfel (15%), Zwiebeln, Kartoffeln, pflanzliches Öl: Raps; Zucker, Kräuteressig (Branntweinessig, Kräuter- und Gewürzauszüge), Speisesalz, Glukose-Fruktose-Sirup, Pfeffer, Säuerungsmittel: Citronensäure; Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	340 kJ / 81 kcal
Fett	4,2 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	9,6 g
- davon Zucker	8,0 g
Eiweiß	1,2 g
Salz	1,43 g

Hausgemachtes Kartoffelpüree

Zutaten: Kartoffeln (62%), **Milch** (36%), **Butter** (1,3%), Speisesalz, Muskat, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	342 kJ / 82 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 g

Verschiedene Blattsalate

Mit Tomaten und Gurkenscheiben, dazu Balsamicodressing und Joghurtdressing

13.11.2025

Putengeschnetzeltes

mit Rotkohl und Kartoffelpüree

14.11.2025

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

pro 100g

Brennwert	74 kJ / 18 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 g

Marinierte Kartoffeln

in Paprika-Marinade mit Erbsen-Möhren in Rahm, dazu ein Kräuter-Quark-Dip
14.11.2025

Kartoffeln mit Paprikamarinade

Zutaten: Kartoffeln (92%), pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Gewürze, Pfeffer, Chillipulver, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	500 kJ / 119 kcal
Fett	5,9 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	13,6 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	1,7 g
Salz	0,71 g

Kräuterquark

Zutaten: Magermilch (85%), Milch (9,9%), Petersilie, Kulturen, Speisesalz, Zucker, Schnittlauch, Dill, Pfeffer, Knoblauch, mikrobielles Lab, pflanzliches Öl: Raps; Fruchtsaft aus Fruchtsaftkonzentrat: Zitronensaft; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	324 kJ / 77 kcal
Fett	1,9 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	4,5 g
- davon Zucker	4,4 g
Eiweiß	9,0 g
Salz	0,69 g

Erbsen-Möhren-Gemüse

Zutaten: Wasser, Karotten (31%), Erbsen (31%), Vollmilchpulver (4,1%), Weizenmehl, Zucker, Speisesalz, Kartoffelstärke, Butter, Muskat, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	283 kJ / 68 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	9,4 g
- davon Zucker	4,9 g
Eiweiß	3,6 g
Salz	0,56 g

Glutenkost: Rote-Linsen-Suppe

mit Hähnchenbruststreifen, Kartoffeln, buntem Gemüse & Kokosnussmilch
14.11.2025

Rote Linsensuppe mit Kokosmilch

Zutaten: Kokosnussmilch (Kokosnussextrakt, Wasser), Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (26%) (Zwiebeln, Blumenkohl, Broccoli, Erbsen, Zucchini, Tomatenwürfel), Hähnchenbrust in Streifen gebraten (13%) (Hähnchenbrustfilet, vollständig raffiniertes Sojabohnenöl, Stärke, Speisesalz, Xylose), Kartoffeln, rote Linsen gegart (9%) (Wasser, rote Linsen), Tomaten, Tomatensaft, Wasser, Zuckerrübensirup, Gewürze, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Gewürzextrakte, Tomatenmark, Hühnerfett, Geflügelextrakt, Knoblauch, Zitronengras, Ingwer, Trockenglucosesirup, Karottenextrakt, Dextrose, Branntweinessig, Rapsöl..

	pro 100g
Brennwert	477 kJ / 114 kcal
Fett	6,0 g
- davon gesättigt	5,0 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	3,0 g
Eiweiß	6,0 g
Salz	1,01 g