

Kartoffelcremesuppe

dazu ein Brötchen

21.07.2025

Vegetarischer Kartoffeleintopf mit Rahm

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

Brötchen*

Zutaten: Weizenmehl (64%), Wasser, **Weizenmalz**, Hefe, Speisesalz, **Weizenkleber**, inaktivierte Hefe.

pro 100g

Brennwert	1.074 kJ / 257 kcal
Fett	0,7 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	52,0 g
- davon Zucker	0,3 g
Eiweiß	8,6 g
Salz	1,20 g

Bio Nudelauflauf

mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda

21.07.2025

Bio Brokkoli-Nudel-Auflauf

Zutaten: BIO-Brokkoli (35%), Wasser, **BIO-Hartweizengrieß** (21%), **Pasteurisierte Bio-Kuhmilch**, **BIO-Frischkäse** (3,9%), BIO-Zwiebel, **BIO-Weizenmehl**, Speisesalz, **BIO-Sahne**, **BIO-Weizenstärke**, **BIO-Magermilchpulver**, **BIO-Butter**, **BIO-Milcheiweiß**, Meersalz, Reifungskultur, BIO-Pfeffer, BIO-Muskatnuss, mikrobieller Labaustauschstoff, BIO-Maisstärke, BIO-Knoblauch, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

pro 100g

Brennwert	541 kJ / 129 kcal
Fett	3,3 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	18,8 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	4,9 g
Salz	0,61 g

Glutenkost: Hähnchenbrustfilet natur
in würziger Soße, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree
21.07.2025

Hähnchenbrust mit Rotkohl und Püree

Zutaten: Wasser, Rotkohl (21%) (Rotkohl, Brantweinessig, Zucker, Weinessig, Speisesalz), Hähnchenbrustfilet (16%) (Hähnchenbrustfilet, vollständig raffiniertes Sojabohnenöl, Speisesalz, Stärke, Xylose, Säureregulator Natriumcitrat), Kartoffelpüreeflocken (Kartoffeln, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Curcumaextrakt), Rapsöl, Apfel (3%), SAHNE, modifizierte Stärke, Zwiebeln, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Apfelsaftkonzentrat, Tomatenmark, Zucker, Geflügelextrakt, Pastinakenpulver, Gewürze (enthält SELLERIE), Hühnerfett, Gemüsefond (Wasser, Gewürzextrakte, Tomatenmark, Gewürze, Trockenglucosesirup, Karottenextrakt, Tomatenpulver, Speisesalz, Brantweinessig), Karottenkonzentrat, Dextrose, Kräuter..

pro 100g

Brennwert	340 kJ / 81 kcal
Fett	3,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	3,0 g
Eiweiß	5,0 g
Salz	0,99 g

Naturjoghurt 3,5%

21.07.2025

Dessert Naturjoghurt 3,5 %

Zutaten: Joghurt 100g.

pro 100g

Brennwert	276 kJ / 66 kcal
Fett	3,5 g
- davon gesättigt	2,3 g
Kohlenhydrate	4,1 g
- davon Zucker	4,1 g
Eiweiß	4,5 g
Salz	0,13 g

Nektarine

21.07.2025

Nektarinen

Zutaten: Nektarine.

	pro 100g
Brennwert	251 kJ / 60 kcal
Fett	0,1 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	12,4 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,9 g
Salz	0,00 g

Verschiedene Blattsalate

Mit Kichererbsen und Kidneybohnen, dazu Cocktail-Dressing und Joghurtdressing
21.07.2025

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

Kidneybohnen

Zutaten: Rote Kidneybohnen (85%), Wasser, Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	221 kJ / 53 kcal
Fett	0,3 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	5,3 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	4,4 g
Salz	0,30 g

Joghurtdressing

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

Cocktaildressing

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Tomaten (19%), Zucker, Branntweinessig (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

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

	pro 100g
Brennwert	74 kJ / 18 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	1,3 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	1,6 g
Salz	0,09 g

<p align="center">Bami Goreng Nudelpfanne mit Hühnerfleisch und Karottenstreifen, dazu Gurkensalat natur 22.07.2025</p>	<p align="center">Geflügelklopse "Königsberger Art" in Kapernsauce, dazu Kartoffelpüree und Rote-Beete-Salat 22.07.2025</p>																																
<p>Pfanne-Nudel-Bami-Goreng</p> <p>Zutaten: Wasser, Hartweizen (22%), Porree, Karotten (5,0%), Ei, Hähnchenfleisch (4,7%), Hähnchenbrustfilet (2,4%), Speisesalz, Zwiebeln, Sojabohnen, Weizen, Kartoffelstärke, Maltodextrin, Trinkwasser, Gewürze, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Natriumcarbonat; Kaliumiodat.</p> <table border="0"> <tr><td></td><td align="right">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td align="right">520 kJ / 124 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td align="right">3,8 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td align="right">0,6 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td align="right">17,2 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td align="right">1,4 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td align="right">4,8 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td align="right">1,10 g</td></tr> </table>		pro 100g	Brennwert	520 kJ / 124 kcal	Fett	3,8 g	- davon gesättigt	0,6 g	Kohlenhydrate	17,2 g	- davon Zucker	1,4 g	Eiweiß	4,8 g	Salz	1,10 g	<p>Königsberger Klopse vom Geflügel</p> <p>Zutaten: Geflügel (71%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , Weizenmehl, Zwiebeln (7,3%), Ei (7,3%), Wasser, Speisesalz, Pfeffer, Hefe, Kaliumiodat.</p> <table border="0"> <tr><td></td><td align="right">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td align="right">577 kJ / 138 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td align="right">6,1 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td align="right">0,3 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td align="right">6,2 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td align="right">0,8 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td align="right">14,3 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td align="right">1,62 g</td></tr> </table>		pro 100g	Brennwert	577 kJ / 138 kcal	Fett	6,1 g	- davon gesättigt	0,3 g	Kohlenhydrate	6,2 g	- davon Zucker	0,8 g	Eiweiß	14,3 g	Salz	1,62 g
	pro 100g																																
Brennwert	520 kJ / 124 kcal																																
Fett	3,8 g																																
- davon gesättigt	0,6 g																																
Kohlenhydrate	17,2 g																																
- davon Zucker	1,4 g																																
Eiweiß	4,8 g																																
Salz	1,10 g																																
	pro 100g																																
Brennwert	577 kJ / 138 kcal																																
Fett	6,1 g																																
- davon gesättigt	0,3 g																																
Kohlenhydrate	6,2 g																																
- davon Zucker	0,8 g																																
Eiweiß	14,3 g																																
Salz	1,62 g																																
<p>Gurkensalat</p> <p>Zutaten: Gurke (81%), pflanzliches Öl: Raps; Kräuteressig, Zucker, Senf (Senfsaat, Branntweinessig, Speisesalz, Gewürze) , Speisesalz, Gewürze, Kräuter, Kaliumiodat.</p> <table border="0"> <tr><td></td><td align="right">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td align="right">454 kJ / 108 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td align="right">10,0 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td align="right">0,8 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td align="right">4,1 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td align="right">4,1 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td align="right">0,6 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td align="right">1,30 g</td></tr> </table>		pro 100g	Brennwert	454 kJ / 108 kcal	Fett	10,0 g	- davon gesättigt	0,8 g	Kohlenhydrate	4,1 g	- davon Zucker	4,1 g	Eiweiß	0,6 g	Salz	1,30 g	<p>Kapernsauce mit Rahm</p> <p>Zutaten: Wasser, Sahne (8,5%), Kapern (4,3%), Karotten, Porree, Weizenmehl, Zwiebeln, Speisesalz, Kartoffelstärke, Butter (0,8%), Zucker, Branntweinessig, Pfeffer, Muskat, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.</p> <table border="0"> <tr><td></td><td align="right">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td align="right">194 kJ / 46 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td align="right">3,3 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td align="right">2,2 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td align="right">3,5 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td align="right">1,2 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td align="right">0,6 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td align="right">1,17 g</td></tr> </table>		pro 100g	Brennwert	194 kJ / 46 kcal	Fett	3,3 g	- davon gesättigt	2,2 g	Kohlenhydrate	3,5 g	- davon Zucker	1,2 g	Eiweiß	0,6 g	Salz	1,17 g
	pro 100g																																
Brennwert	454 kJ / 108 kcal																																
Fett	10,0 g																																
- davon gesättigt	0,8 g																																
Kohlenhydrate	4,1 g																																
- davon Zucker	4,1 g																																
Eiweiß	0,6 g																																
Salz	1,30 g																																
	pro 100g																																
Brennwert	194 kJ / 46 kcal																																
Fett	3,3 g																																
- davon gesättigt	2,2 g																																
Kohlenhydrate	3,5 g																																
- davon Zucker	1,2 g																																
Eiweiß	0,6 g																																
Salz	1,17 g																																
	<p>Hausgemachtes Kartoffelpüree</p> <p>Zutaten: Kartoffeln (62%), Milch (36%), Butter (1,3%), Speisesalz, Muskat, Kaliumiodat.</p> <table border="0"> <tr><td></td><td align="right">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td align="right">342 kJ / 82 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td align="right">1,6 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td align="right">1,1 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td align="right">13,6 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td align="right">2,4 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td align="right">2,4 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td align="right">0,81 g</td></tr> </table>		pro 100g	Brennwert	342 kJ / 82 kcal	Fett	1,6 g	- davon gesättigt	1,1 g	Kohlenhydrate	13,6 g	- davon Zucker	2,4 g	Eiweiß	2,4 g	Salz	0,81 g																
	pro 100g																																
Brennwert	342 kJ / 82 kcal																																
Fett	1,6 g																																
- davon gesättigt	1,1 g																																
Kohlenhydrate	13,6 g																																
- davon Zucker	2,4 g																																
Eiweiß	2,4 g																																
Salz	0,81 g																																
	<p>Rote Beete</p> <p>Zutaten: Rote Beete (74%), Wasser, Zwiebeln, Branntweinessig, Speisesalz, natürliches Gewürzaroma, Süßungsmittel: Saccharin.</p> <table border="0"> <tr><td></td><td align="right">pro 100g</td></tr> <tr><td>Brennwert</td><td align="right">94 kJ / 23 kcal</td></tr> <tr><td>Fett</td><td align="right">0,1 g</td></tr> <tr><td>- davon gesättigt</td><td align="right">0,0 g</td></tr> <tr><td>Kohlenhydrate</td><td align="right">3,7 g</td></tr> <tr><td>- davon Zucker</td><td align="right">3,4 g</td></tr> <tr><td>Eiweiß</td><td align="right">0,8 g</td></tr> <tr><td>Salz</td><td align="right">0,83 g</td></tr> </table>		pro 100g	Brennwert	94 kJ / 23 kcal	Fett	0,1 g	- davon gesättigt	0,0 g	Kohlenhydrate	3,7 g	- davon Zucker	3,4 g	Eiweiß	0,8 g	Salz	0,83 g																
	pro 100g																																
Brennwert	94 kJ / 23 kcal																																
Fett	0,1 g																																
- davon gesättigt	0,0 g																																
Kohlenhydrate	3,7 g																																
- davon Zucker	3,4 g																																
Eiweiß	0,8 g																																
Salz	0,83 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.

Glutenkost: Pikantes Rindergulasch
mit Erbsen und Fingermöhren, dazu Kartoffelschmarrn
22.07.2025

**Rindergulasch Erbsen und Fingermöhren,
Kartoffelschmarrn**

Zutaten: Kartoffeln (27%), Wasser, Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (26%) (Fingermöhren, Erbsen), Rindfleisch (12%), Zwiebeln, Rapsöl, modifizierte Stärke, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Tomatenmark, Apfelsaftkonzentrat, Zucker, Pastinakenpulver, Gewürze (enthält SELLERIE), Kräuter, Reismehl, Gemüsefond (Wasser, Gewürzextrakte, Tomatenmark, Gewürze, Trockenglucosesirup, Karottenextrakt, Tomatenpulver, Speisesalz, Brantweinessig), Dextrose..

	pro 100g
Brennwert	329 kJ / 79 kcal
Fett	2,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	6,0 g
Salz	0,80 g

Bio-/Fairtrade®-Banane

22.07.2025

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

Blumenkohlklops

in cremiger Rahmsauce, dazu Pariser Karotten und Salzkartoffeln
23.07.2025

Blumenkohlbällchen

Zutaten: Hafervollkornflocken (26%), Blumenkohl (18%), Wasser, Ei (13%), Milch, Zwiebeln, Magermilch, Speisesalz, Petersilie, Kräuter, Starterkulturen, Muskat, Basilikum, Oregano, Zucker, Ingwer, Karotten, Kulturen, mikrobielles Lab, Paprika, Pfeffer, Lauch, Kartoffelstärke, Farbstoff: Beta-Carotin; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	660 kJ / 158 kcal
Fett	5,7 g
- davon gesättigt	2,4 g
Kohlenhydrate	17,7 g
- davon Zucker	1,4 g
Eiweiß	8,2 g
Salz	1,48 g

Pariser Möhren

Zutaten: Karotten (81%), Wasser, Weizenmehl, Zucker, Speisesalz, Petersilie, Kartoffelstärke, Muskat, Pfeffer, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	132 kJ / 32 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	6,1 g
- davon Zucker	5,0 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	0,52 g

vegetarische Rahm-Sauce

Zutaten: Wasser, Milch (29%), Sahne (20%), Tomaten, Karotten, Porree, Zwiebeln, Sojabohnen, Weizenmehl, Speisesalz, Kartoffelstärke, Butter, Weizen, Paprikapulver geräuchert, Pfeffer, Knoblauch, Muskat, Maltodextrin, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	391 kJ / 93 kcal
Fett	6,9 g
- davon gesättigt	4,5 g
Kohlenhydrate	5,4 g
- davon Zucker	3,5 g
Eiweiß	2,3 g
Salz	1,21 g

Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln (99%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	298 kJ / 71 kcal
Fett	0,1 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	14,4 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	1,7 g
Salz	0,50 g

Hähnchen Cordon Bleu

(gefüllt mit Putenschinken u. Käse) auf Kohlrabi in Rahm, dazu
Kartoffelpüree
23.07.2025

Geflügel Cordon Bleu

Zutaten: Hähnchenfleisch (51%), Weizenmehl, Trinkwasser, pflanzliches Öl: Raps; Käse (9,1%), Putenfleisch (7,0%), Dextrose, Speisesalz, Reisspeisegrieß, Hefe, Stärke, Erbsenmehl, Gewürzextrakte, Gewürze, Konservierungsstoff: Natriumnitrat.

	pro 100g
Brennwert	1.127 kJ / 269 kcal
Fett	17,0 g
- davon gesättigt	3,3 g
Kohlenhydrate	13,0 g
- davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	16,0 g
Salz	1,00 g

Rahmspinat

Zutaten: Spinat (70%), Wasser, Sahne (4,0%), pflanzliches Öl: Raps; Laktose, Milcheiweiß, Magermilchpulver, Reisstärke, Speisesalz, Zucker, Verdickungsmittel: Guarkernmehl, Xanthan; natürliche Aromen.

	pro 100g
Brennwert	217 kJ / 52 kcal
Fett	3,1 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	2,8 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	1,9 g
Salz	0,78 g

Pariser Möhren

Zutaten: Karotten (81%), Wasser, Weizenmehl, Zucker, Speisesalz, Petersilie, Kartoffelstärke, Muskat, Pfeffer, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	132 kJ / 32 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	6,1 g
- davon Zucker	5,0 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	0,52 g

Hausgemachtes Kartoffelpüree

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

	pro 100g
Brennwert	342 kJ / 82 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigt	1,1 g
Kohlenhydrate	13,6 g
- davon Zucker	2,4 g
Eiweiß	2,4 g
Salz	0,81 g

Glutenkost: Putengeschnetzeltes
mit Brokkoli und Karotten, dazu Salzkartoffeln
23.07.2025

Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln, Wasser, Putenfleisch (16%), Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (17%) (Karotten, Broccoli), Zwiebeln, SAHNE, modifizierte Stärke, Rapsöl, Tomatenmark, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Geflügelextrakt, Gemüsegond (Wasser, Gewürzextrakte, Tomatenmark, Gewürze, Trockenglucosesirup, Karottenextrakt, Tomatenpulver, Speisesalz, Branntweinessig), Zucker, Hühnerfett, Champignonextraktpulver (Maltodextrin, Champignonextrakt), Pastinakenpulver, Gewürze (enthält SELLERIE), Dextrose..

	pro 100g
Brennwert	303 kJ / 72 kcal
Fett	2,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	5,0 g
Salz	0,90 g

Kartoffelrösti
mit Brechbohnen natur, dazu Kräuterquark
24.07.2025

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

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

Brechbohnen natur

Zutaten: Brechbohnen (98%), Butter (0,8%), Speisesalz, Zucker, Pfeffer, Muskat, Bohnenkraut, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	170 kJ / 40 kcal
Fett	0,9 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	4,7 g
- davon Zucker	2,3 g
Eiweiß	2,2 g
Salz	0,55 g

Milchreis
mit Erdbeersauce
24.07.2025

Glutenkost: Bunte Gemüseplatte
dazu Salzkartoffeln
24.07.2025

warme Erdbeersauce

Zutaten: Erdbeeren (54%), Wasser, Zucker, Maisstärke, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, färbende Lebensmittel (Konzentrat aus schwarzen Karotten, Hibiskus, Kurkumaextrakt), Karamellzuckersirup, Maltodextrin, Speisesalz, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Säuerungsmittel: Citronensäure; Aroma.

	pro 100g
Brennwert	251 kJ / 60 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	13,3 g
- davon Zucker	12,2 g
Eiweiß	0,5 g
Salz	0,00 g

Milchreis

Zutaten: Wasser, Reis (10%), **Vollmilchpulver** (6,8%), Zucker, **Butter** (0,5%), Stärke, Speisesalz, Farbstoffe: Riboflavin, Norbixin; Aroma.

	pro 100g
Brennwert	423 kJ / 101 kcal
Fett	2,3 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	17,5 g
- davon Zucker	9,6 g
Eiweiß	2,3 g
Salz	0,04 g

Glutenkost Bunte Gemüseplatte

Zutaten: Bunte Gemüseplatte (Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (70%) (Blumenkohl, Fingermöhrrchen, Broccoli), Kartoffeln, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat)).

	pro 100g
Brennwert	325 kJ / 78 kcal
Fett	4,0 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	7,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	0,75 g

Pfannkuchen

mit Apfelmus

25.07.2025

Pfannkuchen natur*

Zutaten: Wasser, **Weizenmehl** (20%), **Vollei** (15%), Zucker, **Vollmilchpulver**, **Molkenproteinpulver**, modifizierte Stärke, Speisesalz, pflanzliches Öl: Raps; Backtriebmittel: Natriumhydrogencarbonat, Dinatriumdiphosphat; Aroma.

pro 100g

Brennwert	795 kJ / 190 kcal
Fett	4,7 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	28,4 g
- davon Zucker	6,0 g
Eiweiß	7,1 g
Salz	0,60 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

Rindergulaschsuppe

mit Rindergulasch, Paprika & Kartoffelwürfeln

25.07.2025

Gulaschsuppe Rind

Zutaten: Wasser, Tomaten (24%), Rindfleisch (13%), Kartoffeln (10%), Zwiebeln, Paprika (4,5%), Speisesalz, **Weizenmehl**, Gewürze, Kartoffelstärke, Knoblauch, Currypulver (**enthält Senf**), Pfeffer, Majoran, Kümmel, Zucker, Thymian, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Natriumcarbonat; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	245 kJ / 59 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	6,2 g
- davon Zucker	3,7 g
Eiweiß	4,1 g
Salz	0,85 g

Glutenkost: Hähnchen-Medaillons

in Gemüsesoße, dazu Reis

25.07.2025

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