

## Geflügelbällchen

in Tomatensauce, dazu Penne und Gurkensalat in Rahm

01.09.2025

### Geflügelbällchen

**Zutaten:** Geflügel (68%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)), **Weizenmehl**, Zwiebeln, **Ei** (7,1%), Wasser, pflanzliche Öle: Sonnenblumen, Raps; Speisesalz, Pfeffer, Hefe, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	670 kJ / 160 kcal
Fett	8,9 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	6,0 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	13,9 g
Salz	1,54 g

### Penne

**Zutaten:** Hartweizengrieß (79%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	755 kJ / 180 kcal
Fett	4,1 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	30,0 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	5,0 g
Salz	0,50 g

### Gurkensalat in Rahm

**Zutaten:** Gurke (60%), Magermilchjoghurt (8,0%), pflanzliches Öl: Raps; Wasser, Zucker, **Sahne** (4,8%), **Eigelb**, **Senfsaat**, Brantweinessig, Zwiebeln, Gewürze, Kräuter, Dill, Säuerungsmittel: Äpfelsäure, Citronensäure, Weinsäure.

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

### Tomaten-Sauce

**Zutaten:** Wasser, Tomaten (43%), Karotten, Porree, Zucker, Zwiebeln, Speisesalz, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Gewürze, Knoblauch, Basilikum, Oregano, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	223 kJ / 53 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	8,5 g
- davon Zucker	7,3 g
Eiweiß	2,4 g
Salz	0,50 g

## Bio Kartoffel-Möhren-Auflauf

überbacken mit jungem Gouda

01.09.2025

### Bio Kartoffelaufwurf mit Möhren

**Zutaten:** BIO-Kartoffeln (37%), BIO-Karotte (27%), Wasser, BIO-Zwiebel, **Pasteurisierte Bio-Kuhmilch**, **BIO-Frischkäse** (2,7%), **BIO-Sahne** (1,9%), **BIO-Weizenmehl**, Speisesalz, **BIO-Weizenstärke**, **BIO-Butter**, BIO-Zucker, **BIO-Magermilchpulver**, **BIO-Milcheiweiß**, Meersalz, Reifungskultur, BIO-Knoblauch, mikrobieller Labaustauschstoff, BIO-Maisstärke, BIO-Muskatnuss, BIO-Pfeffer, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

pro 100g

Brennwert	328 kJ / 78 kcal
Fett	3,5 g
- davon gesättigt	2,3 g
Kohlenhydrate	8,3 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	2,7 g
Salz	0,60 g

**Glutenkost: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne**

in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern

01.09.2025

**Naturjoghurt 3,5%**

-

01.09.2025

**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

**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

<b>Rinderfrikadelle</b> in dunkler Sauce, dazu Kohlrabi natur und Salzkartoffeln <b>02.09.2025</b>	<b>Bami Goreng</b> Nudelpfanne mit Hühnerfleisch und Karottenstreifen dazu Gurken-Möhren-Salat natur <b>02.09.2025</b>																																																																																																																
<p><b>Hausgemachte Frikadelle vom Rind</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Rindfleisch (58%), pflanzliche Öle: Sonnenblumen, Raps; Zwiebeln, Wasser, <b>Ei</b> (6,7%), <b>Weizenmehl</b>, Speisesalz, Pfeffer, Hefe, Kaliumiodat.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">1.114 kJ / 266 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">23,7 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">4,8 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">3,9 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">0,8 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">9,8 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">0,90 g</td> </tr> </table> <p><b>Braune Sauce vom Rind</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Wasser, Rindfleisch (14%), Tomaten (13%), Karotten, Zwiebeln, Porree, <b>Weizenmehl</b>, Kartoffelstärke, Speisesalz, Zucker, Pfeffer, Knoblauch, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">197 kJ / 47 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">1,1 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">0,6 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">4,7 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">2,6 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">4,0 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">0,74 g</td> </tr> </table> <p><b>Kartoffeln</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Kartoffeln (99%), Speisesalz.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">298 kJ / 71 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">0,1 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">0,1 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">14,4 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">1,5 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">1,7 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">0,50 g</td> </tr> </table> <p><b>Brokkoli natur</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Wasser, Brokkoli (46%), Speisesalz, Zucker, Muskat, Pfeffer, Kaliumiodat.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">75 kJ / 18 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">0,2 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">0,1 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">2,0 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">1,1 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">1,1 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">0,66 g</td> </tr> </table> <p><b>Gemüsemais</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Mais.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">463 kJ / 111 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">1,4 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">0,2 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">19,0 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">7,5 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">3,6 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">0,02 g</td> </tr> </table>		pro 100g	Brennwert	1.114 kJ / 266 kcal	Fett	23,7 g	- davon gesättigt	4,8 g	Kohlenhydrate	3,9 g	- davon Zucker	0,8 g	Eiweiß	9,8 g	Salz	0,90 g		pro 100g	Brennwert	197 kJ / 47 kcal	Fett	1,1 g	- davon gesättigt	0,6 g	Kohlenhydrate	4,7 g	- davon Zucker	2,6 g	Eiweiß	4,0 g	Salz	0,74 g		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		pro 100g	Brennwert	75 kJ / 18 kcal	Fett	0,2 g	- davon gesättigt	0,1 g	Kohlenhydrate	2,0 g	- davon Zucker	1,1 g	Eiweiß	1,1 g	Salz	0,66 g		pro 100g	Brennwert	463 kJ / 111 kcal	Fett	1,4 g	- davon gesättigt	0,2 g	Kohlenhydrate	19,0 g	- davon Zucker	7,5 g	Eiweiß	3,6 g	Salz	0,02 g	<p><b>Pfanne-Nudel-Bami-Goreng</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Wasser, <b>Hartweizen</b> (22%), Porree, Karotten (5,0%), <b>Ei</b>, Hähnchenfleisch (4,7%), Hähnchenbrustfilet (2,4%), Speisesalz, Zwiebeln, <b>Sojabohnen</b>, <b>Weizen</b>, Kartoffelstärke, Maltodextrin, Trinkwasser, Gewürze, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Natriumcarbonat; Kaliumiodat.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">520 kJ / 124 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">3,8 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">0,6 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">17,2 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">1,4 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">4,8 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">1,10 g</td> </tr> </table> <p><b>Gurken-Möhrensalat</b></p> <p><b>Zutaten:</b> Gurke (74%), Karotten (15%), pflanzliches Öl: Raps; Kräuteressig, <b>Senf</b> (<b>Senfsaat</b>, Brantwein essig, Speisesalz, Gewürze), Zucker, Speisesalz, Gewürze, Kaliumiodat.</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">pro 100g</td> </tr> <tr> <td>Brennwert</td> <td style="text-align: right;">395 kJ / 94 kcal</td> </tr> <tr> <td>Fett</td> <td style="text-align: right;">7,8 g</td> </tr> <tr> <td>- davon gesättigt</td> <td style="text-align: right;">0,8 g</td> </tr> <tr> <td>Kohlenhydrate</td> <td style="text-align: right;">4,5 g</td> </tr> <tr> <td>- davon Zucker</td> <td style="text-align: right;">4,3 g</td> </tr> <tr> <td>Eiweiß</td> <td style="text-align: right;">0,7 g</td> </tr> <tr> <td>Salz</td> <td style="text-align: right;">1,20 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		pro 100g	Brennwert	395 kJ / 94 kcal	Fett	7,8 g	- davon gesättigt	0,8 g	Kohlenhydrate	4,5 g	- davon Zucker	4,3 g	Eiweiß	0,7 g	Salz	1,20 g
	pro 100g																																																																																																																
Brennwert	1.114 kJ / 266 kcal																																																																																																																
Fett	23,7 g																																																																																																																
- davon gesättigt	4,8 g																																																																																																																
Kohlenhydrate	3,9 g																																																																																																																
- davon Zucker	0,8 g																																																																																																																
Eiweiß	9,8 g																																																																																																																
Salz	0,90 g																																																																																																																
	pro 100g																																																																																																																
Brennwert	197 kJ / 47 kcal																																																																																																																
Fett	1,1 g																																																																																																																
- davon gesättigt	0,6 g																																																																																																																
Kohlenhydrate	4,7 g																																																																																																																
- davon Zucker	2,6 g																																																																																																																
Eiweiß	4,0 g																																																																																																																
Salz	0,74 g																																																																																																																
	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																																																																																																																
	pro 100g																																																																																																																
Brennwert	75 kJ / 18 kcal																																																																																																																
Fett	0,2 g																																																																																																																
- davon gesättigt	0,1 g																																																																																																																
Kohlenhydrate	2,0 g																																																																																																																
- davon Zucker	1,1 g																																																																																																																
Eiweiß	1,1 g																																																																																																																
Salz	0,66 g																																																																																																																
	pro 100g																																																																																																																
Brennwert	463 kJ / 111 kcal																																																																																																																
Fett	1,4 g																																																																																																																
- davon gesättigt	0,2 g																																																																																																																
Kohlenhydrate	19,0 g																																																																																																																
- davon Zucker	7,5 g																																																																																																																
Eiweiß	3,6 g																																																																																																																
Salz	0,02 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	395 kJ / 94 kcal																																																																																																																
Fett	7,8 g																																																																																																																
- davon gesättigt	0,8 g																																																																																																																
Kohlenhydrate	4,5 g																																																																																																																
- davon Zucker	4,3 g																																																																																																																
Eiweiß	0,7 g																																																																																																																
Salz	1,20 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: Reis-Gemüseintopf**

mit Rindfleisch

02.09.2025

**Bio-/Fairtrade®-Banane**

-

02.09.2025

**Glutenkost Reis Gemüseintopf mit Rindfleisch**

**Zutaten:** Reis-Gemüsetopf (Wasser, Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (18%) (Karotten, Blumenkohl, Broccoli), Reis gegart (15%) (Wasser, Langkornreis), Rindfleisch (9%), Tomaten, Tomatensaft, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Gewürze, Rapsöl, Dextrose, Zucker, Kräuter.).

	pro 100g
Brennwert	198 kJ / 47 kcal
Fett	1,0 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	5,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	4,0 g
Salz	0,73 g

**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

## Backfisch (Seelachsfilet, paniert)

mit Remouladensauce und Karottenscheiben gebunden, dazu  
Salzkartoffeln  
03.09.2025

### Backfisch

**Zutaten:** Alaska-Seelachsfilet (52%), Weizenmehl, Wasser, pflanzliche Öle: Sonnenblumen, Raps; Kartoffelstärke, Weizenstärke, Speisesalz, Dextrose, Gewürze, Backtriebmittel: Diphosphate, Natriumcarbonat.

	pro 100g
Brennwert	903 kJ / 216 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigt	1,1 g
Kohlenhydrate	17,5 g
- davon Zucker	6,0 g
Eiweiß	9,9 g
Salz	1,10 g

### Ketchup

**Zutaten:** Tomatenmark (50%), Brantweinessig, Zucker, modifizierte Stärke, Speisesalz, Wasser, Gewürze.

	pro 100g
Brennwert	529 kJ / 126 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	29,1 g
- davon Zucker	20,7 g
Eiweiß	1,2 g
Salz	2,20 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

### Dressing Haus

**Zutaten:** Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Zucker, Brantweinessig (2,3%), Eigelb, Speisesalz, Senfsaat, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.025 kJ / 245 kcal
Fett	24,4 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	8,6 g
- davon Zucker	4,5 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	1,69 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

## Kartoffeltasche

mit Frischkäsefüllung auf Ratatouillegemüse, dazu Reis  
03.09.2025

### Kartoffeltasche\*

**Zutaten:** Kartoffeln (61%), Frischkäse (18%), pflanzliches Öl: Raps; Sauerrahm, Reismehl, Wasser, Speisesalz, Kräuter, modifizierte Stärke, Gewürze, Stärke, Traubenzucker, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	758 kJ / 181 kcal
Fett	10,0 g
- davon gesättigt	3,5 g
Kohlenhydrate	19,0 g
- davon Zucker	0,6 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	1,50 g

### Reis

**Zutaten:** Reis (89%), Wasser, Speisesalz, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	534 kJ / 128 kcal
Fett	0,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	27,5 g
- davon Zucker	0,1 g
Eiweiß	2,6 g
Salz	0,50 g

### Gemüsemais

**Zutaten:** Mais.

	pro 100g
Brennwert	463 kJ / 111 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,2 g
Kohlenhydrate	19,0 g
- davon Zucker	7,5 g
Eiweiß	3,6 g
Salz	0,02 g

### Backfisch (Seelachsfilet, paniert)

mit Remouladensauce und Karottenscheiben gebunden, dazu  
Salzkartoffeln  
03.09.2025

### Kartoffeltasche

mit Frischkäsefüllung auf Ratatouillegemüse, dazu Reis  
03.09.2025

#### Karottenscheiben gebunden

**Zutaten:** Karotten (74%), Wasser, **Weizenmehl**, Zucker, Kartoffelstärke, Speisesalz, Petersilie, Muskat, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	118 kJ / 28 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	6,2 g
- davon Zucker	4,5 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,70 g

**Glutenkost: Kartoffeltasche**  
mit Frischkäse-Kräuterfüllung, dazu Rahmgemüse  
**03.09.2025**

**Hähnchenbrust**  
in dunkler Sauce, dazu Kohlrabi natur und Kartoffelgratin  
**04.09.2025**

**Kartoffeltasche mit Frischkäse-Kräuterfüllung und Rahmgemüse**

**Zutaten:** Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (39%) (Blumenkohl, Karotten, Broccoli, Porree), Kartoffeltaschen (32%) (Kartoffeln (71%), FRISCHKÄSE (13%), Sonnenblumenöl, Stärke, Kräuter, SAHNE, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), MILCHEIWEIß, Rapsöl, Gewürze, Dextrose), teilentrahmte MILCH, SAUERRAHM (5%), modifizierte Stärke, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), MAGERMILCHJOGHURTPULVER, Zucker, Dextrose, Gewürze, Gemüsepulver (Zwiebeln, Pastinaken)..

	pro 100g
Brennwert	443 kJ / 106 kcal
Fett	6,0 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	10,0 g
- davon Zucker	3,0 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	1,05 g

**Hähnchenbrust**

**Zutaten:** Hähnchenbrustfilet (92%), Wasser, Stärke, Speisesalz, Dextrose.

	pro 100g
Brennwert	492 kJ / 117 kcal
Fett	1,9 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	1,4 g
- davon Zucker	0,6 g
Eiweiß	23,0 g
Salz	1,70 g

**Rote Beetegemüse**

**Zutaten:** Rote Beete (71%), Wasser, Branntweinessig (4,9%), Zucker, Speisesalz, **Weizenmehl**, natürliches Gewürzaroma, Kartoffelstärke, Pfeffer, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Süßungsmittel: Saccharin; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	170 kJ / 41 kcal
Fett	0,1 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	8,2 g
- davon Zucker	6,3 g
Eiweiß	0,9 g
Salz	1,56 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

**Dressing Haus**

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

	pro 100g
Brennwert	1.025 kJ / 245 kcal
Fett	24,4 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	8,6 g
- davon Zucker	4,5 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	1,69 g

**Glutenkost: Kartoffeltasche**  
mit Frischkäse-Kräuterfüllung, dazu Rahmgemüse  
03.09.2025

**Hähnchenbrust**  
in dunkler Sauce, dazu Kohlrabi natur und Kartoffelgratin  
04.09.2025

**braune Geflügelsauce**

**Zutaten:** Wasser, Geflügel (16%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , Tomaten (11%), Karotten (5,4%), Zwiebeln, Porree, **Weizenmehl**, Speisesalz, Kartoffelstärke, Zucker, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	227 kJ / 54 kcal
Fett	2,4 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	4,0 g
- davon Zucker	2,5 g
Eiweiß	3,7 g
Salz	0,93 g

**Kartoffelgratin**

**Zutaten:** Kartoffeln (66%), Wasser, **Milch** (6,1%), **Vollmilchpulver**, **Käse** (2,2%), Zwiebeln, **Butter** (1,1%), Speisesalz, Starterkulturen, mikrobielles Lab, **Süßmolkenpulver**, Kartoffelstärke, Muskat, Knoblauch, pflanzliches Öl: Raps; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	480 kJ / 115 kcal
Fett	4,3 g
- davon gesättigt	2,8 g
Kohlenhydrate	14,2 g
- davon Zucker	2,1 g
Eiweiß	4,0 g
Salz	1,05 g

### Bio Penne

mit Spinat-Rahm-Sauce, dazu Gouda Topping

04.09.2025

#### Bio Penne

**Zutaten:** BIO-Hartweizengrieß (70%), Wasser, BIO-Rapsöl, Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	806 kJ / 193 kcal
Fett	7,9 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	25,7 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	4,0 g
Salz	0,50 g

#### Bio Spinat-Rahm-Sauce

**Zutaten:** BIO-Blattspinat (51%), Wasser, BIO-Sahne (8,4%), BIO-Weizenmehl, BIO-Butter, BIO-Weizenstärke, Speisesalz, BIO-Zucker, BIO-Knoblauch, BIO-Pfeffer, BIO-Muskatnuss, Verdickungsmittel: Carrageen.

	pro 100g
Brennwert	245 kJ / 59 kcal
Fett	3,7 g
- davon gesättigt	2,3 g
Kohlenhydrate	3,7 g
- davon Zucker	1,6 g
Eiweiß	1,8 g
Salz	0,80 g

#### Bio Gouda-Topping

**Zutaten:** Pasteurisierte Bio-Kuhmilch, Speisesalz, Reifungskultur, mikrobieller Labaustauschstoff, BIO-Maisstärke.

	pro 100g
Brennwert	1.419 kJ / 339 kcal
Fett	27,0 g
- davon gesättigt	18,0 g
Kohlenhydrate	1,7 g
- davon Zucker	0,1 g
Eiweiß	23,0 g
Salz	1,70 g

### Glutenkost: Hühnerfrikassee

mit Spargel, Karotten & Erbsen, dazu Salzkartoffeln

04.09.2025

#### Hühnerfrikassee mit Spargel, Karotten und Erbsen, dazu Salzkartoffeln

**Zutaten:** Karotten, Wasser, Reis gegart (Wasser, Langkornreis), Huhnfleisch (13%), teilentrahmte MILCH, Rapsöl, modifizierte Stärke, Reismehl, Apfelsaftkonzentrat, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), HÜHNEREIGELBPULVER, Geflügelextrakt, Petersilie, Hühnerfett, Pastinakenpulver, Gewürze, Dextrose, Zucker, Zwiebeln, Kräuter, Karottenkonzentrat..

	pro 100g
Brennwert	337 kJ / 81 kcal
Fett	2,0 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	9,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	6,0 g
Salz	0,82 g

**Käse-Lauch-Suppe**  
mit Rinderhackfleisch, dazu ein Brötchen  
05.09.2025

**Käse-Lauch-Eintopf mit Rindfleisch**

**Zutaten:** Porree (36%), Wasser, Rindfleisch (14%), **Sahne** (8,9%), **Käse** (6,1%), **Milch**, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Speisesalz, Zucker, **Butter**, Gewürze, Kurkuma, **Süßmolkenpulver**, Starterkulturen, Muskat, mikrobielles Lab, Pfeffer, Basilikum, Thymian, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	505 kJ / 121 kcal
Fett	9,1 g
- davon gesättigt	4,9 g
Kohlenhydrate	4,3 g
- davon Zucker	2,2 g
Eiweiß	5,2 g
Salz	0,93 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 Pfannkuchen**  
mit feinem Apfelmus  
05.09.2025

**Bio Pfannkuchen\***

**Zutaten:** Wasser, **BIO-Weizenmehl** (39%), BIO-Rapsöl, **BIO-Vollmilchpulver** (4,5%), **BIO-Volleipulver** (4,0%), Speisesalz, Säuerungsmittel: Citronensäure; Backtriebmittel: Natriumcarbonat.

	pro 100g
Brennwert	810 kJ / 194 kcal
Fett	8,4 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	23,0 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	5,8 g
Salz	0,60 g

**Bio Apfelmus**

**Zutaten:** BIO-Apfel (100%), Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure.

	pro 100g
Brennwert	228 kJ / 54 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	12,8 g
- davon Zucker	12,3 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,01 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: Rührei**  
mit Spinat und Kartoffeln  
05.09.2025

**Glutenkost Rührei Spinat Kartoffel**

**Zutaten:** Rührei mit Spinat HÜHNEREI (30%), Kartoffeln, Spinat, teilentrahmte MILCH, modifizierte Stärke, Wasser, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Zitronensaftkonzentrat, Kräuter, Gewürze..

	pro 100g
Brennwert	397 kJ / 95 kcal
Fett	5,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	7,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	5,0 g
Salz	0,78 g