

Köfte vom Rind

in mediterraner Tomatensauce mit Gabelspaghetti, dazu Mais natur
29.09.2025

Köfte vom Rind*

Zutaten: Rindfleisch (48%), Gemüse (Tomaten, Paprika, Mais, Gurken), **Käse**, **Weizenmehl**, Zwiebeln, **Eiklar**, Kartoffelstärke, **Quark**, Speisesalz, Gewürze, Kräuter, Dextrose, Hefe, Gewürzextrakte.

pro 100g

Brennwert	876 kJ / 209 kcal
Fett	13,0 g
- davon gesättigt	5,2 g
Kohlenhydrate	12,0 g
- davon Zucker	1,7 g
Eiweiß	11,0 g
Salz	1,50 g

Mais natur

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

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

Tomatensauce Mediterrane Art

Zutaten: Wasser, Tomaten (39%), Karotten, Porree, **Weizenmehl**, Zucker, Zwiebeln, Speisesalz, Kartoffelstärke, **Butter** (0,5%), Basilikum, Oregano, Pfeffer, Knoblauch, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	214 kJ / 51 kcal
Fett	0,8 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	7,8 g
- davon Zucker	6,2 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	0,52 g

Bio Linsenbolognese

(Karotten, Porree, Paprikastreifen) mit Vollkornpenne, dazu Gouda Topping
29.09.2025

Bio-Linsenbolognese

Zutaten: BIO-Tomatenmark, Wasser, BIO-Tomate, Bio Rote Linsen ganz (4,5%), BIO-Zwiebel, BIO-Karotte (2,8%), BIO-Porree (2,8%), BIO-Paprika (2,8%), BIO-Rapsöl, Speisesalz, **BIO-Weizenmehl**, BIO-Petersilie, BIO-Zucker, **BIO-Weizenstärke**, BIO-Sonnenblumenöl, BIO-Muskatnuss, BIO-Oregano, BIO-Pfeffer, Bio Thymian.

pro 100g

Brennwert	295 kJ / 70 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	10,2 g
- davon Zucker	7,4 g
Eiweiß	3,7 g
Salz	0,67 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

Bio Vollkornpenne

Zutaten: Wasser, **BIO-Vollkorn-Hartweizengrieß** (39%), BIO-Rapsöl, Speisesalz.

pro 100g

Brennwert	676 kJ / 161 kcal
Fett	3,6 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	26,0 g
- davon Zucker	1,2 g
Eiweiß	4,7 g
Salz	0,50 g

Glutenkost: Vegetarische Spinat-Käse-Bällchen aus Erbsen- & Sonnenblumenprotein, dazu Kohlrabigemüse und Erbsen-Kartoffelstampf 29.09.2025	Naturjoghurt 3,5% - 29.09.2025																																
<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></td><td>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>Dessert Naturjoghurt 3,5 %</u> Zutaten: Joghurt 100g. <table><tr><td></td><td>pro 100g</td></tr><tr><td>Brennwert</td><td>276 kJ / 66 kcal</td></tr><tr><td>Fett</td><td>3,5 g</td></tr><tr><td>- davon gesättigt</td><td>2,3 g</td></tr><tr><td>Kohlenhydrate</td><td>4,1 g</td></tr><tr><td>- davon Zucker</td><td>4,1 g</td></tr><tr><td>Eiweiß</td><td>4,5 g</td></tr><tr><td>Salz</td><td>0,13 g</td></tr></table>		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
	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	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																																

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 Mais und Gurkenscheiben, dazu Balsamicodressing und Joghurtdressing
29.09.2025

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

Balsamicodressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Honig (5,2%), Zucker, Weinessig (1,8%), **Eigelb** (1,3%), Speisesalz, **Senfsaat**, Brantweinessig, 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

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

Joghurtdressing, Salatbar klein

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

	pro 100g
Brennwert	230 kJ / 55 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

Blattsalat

Zutaten: Endiviansalat, 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

Backkäse

auf Tomatenreis, dazu Gurkensalat natur
30.09.2025

Backkäse*

Zutaten: Käse (49%), Weizenmehl, pflanzliches Öl: Sonnenblumen; Hühnerei-Eiweißpulver, Maismehl, Speisesalz, Gewürze, modifizierte Stärke, Milcheiweiß, Hefe, Gewürzextrakte, Säuerungsmittel: Citronensäure.

	pro 100g
Brennwert	1.186 kJ / 283 kcal
Fett	16,9 g
- davon gesättigt	7,6 g
Kohlenhydrate	22,4 g
- davon Zucker	3,1 g
Eiweiß	9,9 g
Salz	1,33 g

Reis mit Tomaten

Zutaten: Wasser, Tomaten (22%), Reis (12%), Karotten, Porree, Speisesalz, Zucker, Zwiebeln, Weizenmehl, Butter, Kartoffelstärke, Basilikum, Oregano, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	299 kJ / 71 kcal
Fett	0,6 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	13,4 g
- davon Zucker	3,8 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	0,67 g

Gurkensalat

Zutaten: Gurke (80%), pflanzliches Öl: Raps; Kräuteressig (Brantweinessig, Kräuter- und Gewürzauszüge), Zucker, **Senf** (Senfsaat, Brantweinessig, Speisesalz, Gewürze), Speisesalz, Gewürze, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	76 kJ / 18 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	3,6 g
- davon Zucker	2,1 g
Eiweiß	0,6 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 fol. 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.

Geflügelbratwurst
in Geflügel-Paprika-Rahmsauce, dazu Kartoffelpüree und
Karottenscheiben gebunden
30.09.2025

Glutenkost: Hähnchen-Medaillons
in Gemüsesoße, dazu Reis
30.09.2025

Geflügelbratwurst

Zutaten: Geflügelfleisch (Pute, Huhn), pflanzliche Öle: Raps, Sonnenblumen; Geflügelhaut, Wasser, Speisesalz, Gewürze, Dextrose, essbare Hülle (Schafssaitling), Gewürzextrakte, Stabilisatoren: Polyphosphat, Triphosphate.

	pro 100g
Brennwert	1.513 kJ / 361 kcal
Fett	35,9 g
- davon gesättigt	5,9 g
Kohlenhydrate	0,8 g
- davon Zucker	0,5 g
Eiweiß	10,0 g
Salz	1,56 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

Geflügel-Paprika Sauce verfeinert mit Sahne

Zutaten: Wasser, Tomaten, Paprika rot (13%), **Milch**, Fleisch (9,2%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , Zwiebeln, Karotten, **Weizenmehl**, Porree, **Sahne** (1,3%), Kartoffelstärke, Speisesalz, Gewürze, Knoblauch, Pfeffer, Paprikapulver geräuchert, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	242 kJ / 58 kcal
Fett	2,1 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	5,8 g
- davon Zucker	3,6 g
Eiweiß	3,2 g
Salz	0,62 g

Karottenscheiben-Gemüse

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	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 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

01.10.2025

Brennwert	309 kJ / 74 kcal
Fett	2,5 g
- davon gesättigt	1,5 g
Kohlenhydrate	9,9 g
- davon Zucker	8,5 g
Eiweiß	2,7 g
Salz	0,77 g

Brennwert	536 kJ / 128 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	22,9 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	4,0 g
Salz	0,81 g

01.10.2025

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

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

Brennwert	453 kJ / 108 kcal
Fett	4,5 g
- <i>davon gesättigt</i>	3,0 g
Kohlenhydrate	12,2 g
- <i>davon Zucker</i>	1,9 g
Eiweiß	3,9 g
Salz	1,22 g

Glutenkost: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne
in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern
01.10.2025

Feine Süßkartoffel-Gnocchi in hausgemachterGemüse-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

Verschiedene Blattsalate

Mit Paprikawürfeln und Karottenstreifen, dazu Joghurtdressing und Hausdressing
01.10.2025

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

Paprikawürfel

Zutaten: Paprika 100g.

	pro 100g
Brennwert	145 kJ / 35 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	4,9 g
- davon Zucker	4,6 g
Eiweiß	1,2 g
Salz	0,05 g

Hausdressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps (30%); Zucker, Branntweinessig (2,9%), Eigelb (1,9%), Speisesalz, Senfsaat, Maissstärke, 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

Karottenstreifen Salatbar

Zutaten: Karotten 100g.

	pro 100g
Brennwert	115 kJ / 28 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	4,8 g
- davon Zucker	4,6 g
Eiweiß	1,0 g
Salz	0,02 g

Glutenkost: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne
in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern
01.10.2025

Verschiedene Blattsalate
Mit Paprikawürfeln und Karottenstreifen, dazu Joghurtdressing und
Hausdressing
01.10.2025

Joghurtdressing, Salatbar klein

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

	pro 100g
Brennwert	230 kJ / 55 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

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.

Backfisch (Seelachsfilet, paniert)

Remouladensauce und Kroketten, dazu Krautsalat Coleslaw
02.10.2025

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

Karottenscheiben-Gemüse

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	0,0 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	0,0 g
Salz	0,00 g

Ketchup

Zutaten: Tomatenmark (50%), Branntweinessig, 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

Kartoffelkroketten*

Zutaten: Kartoffeln (84%), pflanzliches Öl: Sonnenblumen; **Molkenerzeugnis**, Dextrose, Speisesalz, Zwiebelpulver, Gewürze, Emulgator: Mono und Diglyceride von Speisefettsäuren.

pro 100g

Brennwert	728 kJ / 174 kcal
Fett	5,5 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	27,0 g
- davon Zucker	1,9 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,80 g

Gyrossuppe

mit Schweinegeschneitztem, Pilzen und Paprikastreifen
02.10.2025

Eintopf "Gyros Art" mit Schweinefleisch

Zutaten: Wasser, Schweinefleisch (15%), Tomaten (13%), Champignons, Paprika, Zwiebeln, **Käse**, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Speisesalz, **Sojabohnen**, **Vollmilchpulver**, Petersilie, **Butter**, Gewürze, **Weizen**, **Süßmolkenpulver**, Knoblauch, Pfeffer, Maltodextrin, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Natriumcarbonat; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	302 kJ / 72 kcal
Fett	2,8 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	5,5 g
- davon Zucker	2,6 g
Eiweiß	5,8 g
Salz	1,28 g

Backfisch (Seelachsfilet, paniert)

Remouladensauce und Kroketten, dazu Krautsalat Coleslaw
02.10.2025

Gyrossuppe

mit Schweinegeschnetzeltem, Pilzen und Paprikastreifen
02.10.2025

Krautsalat Coleslaw

Zutaten: Weißkohl (51%), Karotten (15%), pflanzliches Öl: Raps;
Invertzuckersirup, **Magermilchjoghurt**, Wasser, **Eigelb**,
Brantweinessig, **Senfsaat**, Zucker, Speisesalz, Gewürze,
Säuerungsmittel: Weinsäure, Citronensäure, Äpfelsäure; natürliche
Aromen.

pro 100g

Brennwert	956 kJ / 228 kcal
Fett	21,0 g
- davon gesättigt	5,6 g
Kohlenhydrate	7,9 g
- davon Zucker	0,4 g
Eiweiß	1,2 g
Salz	1,10 g

Glutenkost: Truthahnschnitzel "natur"
in Rahmsauce, dazu Fingermöhren, Erbsen & Reis
02.10.2025

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

Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (28%) (Fingermöhren, 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, Brantweinessig, Kräuter, Maltodextrin, Champignonextrakt, Dextrose, Geflügelextrakt, Wein-Brantweinessig.

	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