

Hähnchen Cordon Bleu

(gefüllt mit Putenschinken u. Käse) auf Kohlrabigemüse, dazu
Kartoffelpüree
13.04.2026

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

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

Möhrensalat

Zutaten: Karotten (77%), Zucker, Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Kräuteressig, Petersilie, Speisesalz, Säuerungsmittel: Citronensäure; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	385 kJ / 92 kcal
Fett	4,4 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	12,0 g
- davon Zucker	12,0 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	0,50 g

Bio Curry-Linseneintopf

mit roten Linsen, Karotten- & Kartoffelwürfeln
13.04.2026

Bio Roter Linseneintopf mit Curry

Zutaten: Wasser, BIO-Karotte (11%), BIO-Kartoffeln (9,8%), Bio Rote Linsen ganz (9,4%), BIO-Tomatenmark, BIO-Zwiebel, **BIO-Butter**, Speisesalz, BIO-Knoblauch, BIO-Sonnenblumenöl, BIO-Curry, BIO-Oregano, BIO-Muskatnuss, BIO-Cumin.

	pro 100g
Brennwert	266 kJ / 63 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	8,2 g
- davon Zucker	1,8 g
Eiweiß	3,1 g
Salz	0,67 g

Geflügelcevapcici
in Tomatensauce, dazu Salzkartoffeln
13.04.2026

Hausgemachte Geflügelcevapcici

Zutaten: Geflügel (61%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , pflanzliche Öle: Sonnenblumen, Raps; **Weizenmehl**, Wasser, **Ei** (5,4%), Tomaten, Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, Currypulver (**enthält Senf**), Knoblauch, **Senfsaat**, Branntweinessig, Hefe, Zucker, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	961 kJ / 230 kcal
Fett	17,1 g
- davon gesättigt	1,1 g
Kohlenhydrate	6,4 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	12,6 g
Salz	1,27 g

Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln (99%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	298 kJ / 71 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

Tomatensauce

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

Glutenkost: Vegetarische Spinat-Käse-Bällchen
aus Erbsen- & Sonnenblumenprotein, dazu Kohlrabigemüse und
Erbsen-Kartoffelstampf
13.04.2026

Spinat Mozzarella Bällchen mit Kohlrabi und Erbsen-Kartoffelstampf

Zutaten: Kohlrabi, Kartoffeln, teilentrahmte MILCH, Erbsen (5%), Wasser, HÜHNEREI, Rapsöl, Erbsen püriert, Blattspinat (3%), Mozzarella (3%) (KUHMLICH, 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..

	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

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=Erdrüsse; 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.

Kartoffelrösti

mit Erbsen-Möhren-Gemüse, dazu Kräuterquark
14.04.2026

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

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

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

Bio Spirelli Napoli

Spirelli mit Tomatensauce, dazu Karottenscheiben natur
14.04.2026

Bio Spirelli

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 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

Bio Möhrenscheiben natur

Zutaten: BIO-Karotte (99%), Speisesalz.

pro 100g

Brennwert	137 kJ / 33 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	4,7 g
- davon Zucker	4,7 g
Eiweiß	1,0 g
Salz	1,37 g

Glutenkost: Hähnchen-Medaillons

in Gemüsesoße, dazu Reis

14.04.2026

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 Mais und Gurkenscheiben, dazu Balsamicodressing und

Joghurtdressing

14.04.2026

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**, 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

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; 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

Glutenkost: Hähnchen-Medaillons
in Gemüsesoße, dazu Reis
14.04.2026

Verschiedene Blattsalate
Mit Mais und Gurkenscheiben, dazu Balsamicodressing und
Joghurtdressing
14.04.2026

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

Backfisch (Seelachsfilet, paniert)

dazu Rahmspinat und Salzkartoffeln

15.04.2026

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

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

	pro 100g
Brennwert	69 kJ / 16 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

Haus-Dressing

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Zucker, Brantweinessig (2,4%), **Eigelb**, Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.243 kJ / 297 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

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

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

Vollkornnudel-Brokkoli-Auflauf

mit jungem Gouda überbacken, dazu Krautsalat natur

15.04.2026

Vollkornnudelauf mit Brokkoli

Zutaten: Wasser, Brokkoli (28%), **Vollkornhartweizengrieß** (12%), **Milch** (5,6%), **Käse** (2,5%), Zwiebeln, **Weizenmehl**, Speisesalz, **Vollmilchpulver**, Kartoffelstärke, **Butter**, Starterkulturen, mikrobielles Lab, **Süßmolkenpulver**, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	390 kJ / 93 kcal
Fett	3,3 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	10,6 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	4,4 g
Salz	0,65 g

Krautsalat

Zutaten: Weißkohl (68%), pflanzliches Öl: Raps; Zucker, Brantweinessig (4,0%), Wasser, Paprika, Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, Kräuter- und Gewürzauszüge, **Senfsaat**.

	pro 100g
Brennwert	400 kJ / 95 kcal
Fett	8,3 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	9,1 g
- davon Zucker	3,0 g
Eiweiß	1,0 g
Salz	0,62 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 folgendem 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 folgend. 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.

Risoni-Nudelpfanne
mit Erbsen und Hartkäse (von Natur aus laktosefrei)
15.04.2026

Glutenkost: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne
in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern
15.04.2026

One-Pot Risoni mit Erbsen und Hartkäse

Zutaten: Wasser, **Hartweizengrieß** (15%), Erbsen (9,8%), Zwiebeln, **Käse** (2,4%) (**Milch**, Speisesalz, mikrobielles Lab), **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Speisesalz, Muskat, Knoblauch, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Mikrokristalline Cellulose; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	330 kJ / 79 kcal
Fett	1,0 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	13,4 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	3,4 g
Salz	0,55 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

15.04.2026

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

Tomatensuppe

mit vegetarischen Maultaschen (Karotte, Spinat, Erbse)

16.04.2026

Tomatensuppe

Zutaten: Tomaten (49%), Wasser, **Sahne**, **Weizenmehl**, Zucker, Speisesalz, Kartoffelstärke, **Butter**, Basilikum, Oregano, Pfeffer, Knoblauch, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	249 kJ / 60 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	8,2 g
- davon Zucker	6,7 g
Eiweiß	2,2 g
Salz	0,74 g

Veg. Maultaschen - Suppeneinlage

Zutaten: Wasser, **Hartweizengrieß** (17%), **Hühnereineiweiß** (4,2%), **Vollei** (4,1%), Trinkwasser, **Weizenmehl**, Zwiebeln, Kartoffeln, Spinat, Karotten, **Sellerie**, Erbsen, Lauch, Gewürze, Stärke, Speisesalz, Hefe, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisatoren: Natriumacetat, Natriumcitrat, Ascorbinsäure; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	341 kJ / 81 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	13,0 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	3,2 g
Salz	0,99 g

Happea Meat Currywurstgulasch

(auf Erbsenbasis) mit Wedges, dazu Blattsalat mit Hausdressing
16.04.2026

Happea Meat Currywurstgulasch

(auf Erbsenbasis) mit Reis
16.04.2026

Veg. Currywurstgulasch aus Happea

Zutaten: Wasser, Tomatenmark (27%), Branntweinessig (11%), Zucker, Bio-Erbsenproteinkonzentrat (5,6%), modifizierte Stärke, Speisesalz, Gewürze, Bio-Faba-Proteinkonzentrat, Currypulver (**enthält Senf**), Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	430 kJ / 103 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	69 kJ / 16 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

Haus-Dressing

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Zucker, Branntweinessig (2,4%), **Eigelb**, Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.243 kJ / 297 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

Grüne Spirelli

Zutaten: Hartweizengrieß (78%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Spinatpulver, Speisesalz, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	727 kJ / 174 kcal
Fett	3,9 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	29,0 g
- davon Zucker	1,4 g
Eiweiß	4,6 g
Salz	0,50 g

Veg. Currywurstgulasch aus Happea

Zutaten: Wasser, Tomatenmark (27%), Branntweinessig (11%), Zucker, Bio-Erbsenproteinkonzentrat (5,6%), modifizierte Stärke, Speisesalz, Gewürze, Bio-Faba-Proteinkonzentrat, Currypulver (**enthält Senf**), Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	430 kJ / 103 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

Reis

Zutaten: Reis 106g, 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

Glutenkost: Truthahnschnitzel "natur"
in Rahmsoße, dazu Fingermöhren, Erbsen & Reis
16.04.2026

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, 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%

16.04.2026

Dessert Naturjoghurt 3,5 %

Zutaten: Joghurt 100g.

pro 100g

Brennwert	276 kJ / 66 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

Naturjoghurt 3,5%

16.04.2026

Dessert Naturjoghurt 3,5 %

Zutaten: Joghurt 100g.

	pro 100g
Brennwert	276 kJ / 66 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

Reibekuchen mit feinem Apfelmus

17.04.2026

Reibekuchen

Zutaten: Kartoffeln (74%), pflanzliches Öl: Raps; Weizenmehl (7,0%), Zwiebeln, 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

Lachs-Kartoffelgericht

Salzkartoffeln mit Lachs-Rahmsauce, verfeinert mit Schnittlauch,
dazu Gurkensalat natur
17.04.2026

Lachs-Rahm Sauce mit Schnittlauch

Zutaten: Wasser, **Milch** (16%), **Wildlachs** (14%), **Sahne** (4,1%), **Käse** (2,0%), **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Speisesalz, Schnittlauch, **Butter**, **Süßmolkenpulver**, Pfeffer, Muskat, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	223 kJ / 53 kcal
Fett	2,8 g
- davon gesättigt	1,6 g
Kohlenhydrate	3,0 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	4,1 g
Salz	0,83 g

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

	pro 100g
Brennwert	69 kJ / 16 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

Haus-Dressing

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Zucker, Brantweinessig (2,4%), **Eigelb**, Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.243 kJ / 297 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

Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln (99%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	298 kJ / 71 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

Serbischer Bohneneintopf

mit Tomatenmark, Paprika und Wurzelgemüse, dazu
Geflügelbockwurststückchen
17.04.2026

Bohneneintopf "Serbische Art"

Zutaten: Wasser, weiße Riesenbohnen, Tomaten, Kartoffeln (10%), Paprika (6,1%), Karotten, Porree, **Sellerie**, Zwiebeln, Speisesalz, Majoran, Muskat, Liebstöckel, Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	205 kJ / 49 kcal
Fett	0,3 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	8,1 g
- davon Zucker	3,1 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,47 g

Geflügelbockwurststückchen

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

Glutenkost: Rote-Linsen-Suppe

mit Hähnchenbruststreifen, Kartoffeln, buntem Gemüse & Kokosnussmilch

17.04.2026

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, Brantweinessig, 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