

Backkäse

auf Gemüserais (Mais, Karotten, Bohnen), dazu Tomaten-Rahm-Sauce und Farmersalat
13.07.2026

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

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

Mais natur

Zutaten: Mais.

	pro 100g
Brennwert	1.240 kJ / 296 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

Tomaten-Rahm-Sauce

Zutaten: Wasser, Tomaten (34%), Sahne (8,6%), Weizenmehl, Zucker, Kartoffelstärke, Speisesalz, Gewürze, Karotten, Zwiebelpulver, Lauchpulver, Gewürz (Liebstöckel), Basilikum, Oregano, Knoblauch, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	309 kJ / 74 kcal
Fett	2,9 g
- davon gesättigt	1,8 g
Kohlenhydrate	8,5 g
- davon Zucker	6,2 g
Eiweiß	2,2 g
Salz	0,39 g

Nudeln à la Pesto

Penne mit grünem Spinatpesto, dazu Mais natur
13.07.2026

Penne mit Spinat-Pesto

Zutaten: Wasser, Hartweizengrieß (28%), pflanzliches Öl: Raps; Spinat (7,6%), Käse (Milch, Speisesalz, mikrobielles Lab), Speisesalz, Mandel (1,1%), Zucker, Knoblauch, Basilikum, Oregano, Pfeffer, Trennmittel: Mikrokristalline Cellulose; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.179 kJ / 282 kcal
Fett	19,1 g
- davon gesättigt	2,2 g
Kohlenhydrate	22,1 g
- davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	5,6 g
Salz	1,81 g

Mais natur

Zutaten: Mais.

	pro 100g
Brennwert	1.240 kJ / 296 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

Farmersalat

Zutaten: Mayonnaise (pflanzliches Öl: Raps; Eigelb, Brantweinessig, Senfsaat, Zucker, Gewürzextrakt (Speisesalz), Gewürze), Karotten (20%), Sellerie (20%), Porree (20%), Magermilchjoghurt, Brantweinessig, Zucker, Speisesalz, Kräuter- und Gewürzauszüge, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	953 kJ / 228 kcal
Fett	22,0 g
- davon gesättigt	1,7 g
Kohlenhydrate	6,1 g
- davon Zucker	5,9 g
Eiweiß	1,6 g
Salz	0,76 g

Glutenkost: Hähnchenbrustfilet natur
in würziger Soße, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelpüree
13.07.2026

Hähnchenbrust mit Rotkohl und Püree

Zutaten: Wasser, Rotkohl (Rotkohl, Brantweinessig, Zucker, Weinessig, Speisesalz), Hähnchenbrustfilet (16%) (Hähnchenbrustfilet, vollständig raffiniertes Sojabohnenöl, Stärke, Speisesalz, Xylose, Säureregulator Natriumcitrat), Kartoffelpüreeflocken (Kartoffeln, Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren), Rapsöl, Äpfel (3%), SAHNE, modifizierte Stärke, Zwiebeln, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Apfelsaftkonzentrat, Tomatenmark, Zucker, Geflügelextrakt, Gewürze (enthält SELLERIE), Hühnerfett, Gewürzextrakte, Trockenglucosesirup, 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%

13.07.2026

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

Marinierte Kartoffeln in Kräuter-Marinade, dazu Erbsengemüse und Kräuterquark 14.07.2026	Currywurstgulasch mit Geflügelbockwurst, dazu Kroketten und Krautsalat Kappes 14.07.2026
Kartoffeln mit Kräutermarinade Zutaten: Kartoffeln (91%), pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Petersilie (0,5%), Pfeffer, Muskat, Bohnenkraut, Majoran, Thymian, Oregano, Kaliumiodat. pro 100g Brennwert 507 kJ / 121 kcal Fett 6,3 g - davon gesättigt 0,5 g Kohlenhydrate 13,4 g - davon Zucker 1,5 g Eiweiß 1,6 g Salz 1,27 g	Currywurstgulasch mit Geflügelbockwurst Zutaten: Wasser, Tomatenmark, Geflügelfleisch (Pute, Huhn), Branntweinessig, Zucker, Speisesalz, Gewürze, modifizierte Stärke, Currypulver (enthält Senf), Gewürzextrakte, Glukosesirup, Kräuter, essbare Hülle (aus Rinderkollagen), Säureregulator: Natriumcarbonat; Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure, Natriumascorbat; Konservierungsstoff: Natriumnitrit; Kaliumiodat, Buchenholzrauch. pro 100g Brennwert 436 kJ / 104 kcal Fett 3,2 g - davon gesättigt 1,0 g Kohlenhydrate 13,7 g - davon Zucker 9,9 g Eiweiß 4,8 g Salz 1,97 g
Kräuterquark Zutaten: Magermilch (85%), Milch (9,9%), Petersilie (1,0%), Kulturen, Speisesalz, Zucker, Schnittlauch (0,1%), Dill (0,1%), Pfeffer, Knoblauch, mikrobielles Lab, pflanzliches Öl: Raps; Fruchtsaft aus Fruchtsaftkonzentrat: Zitronensaft; Kaliumiodat. pro 100g Brennwert 360 kJ / 86 kcal Fett 2,0 g - davon gesättigt 0,3 g Kohlenhydrate 4,6 g - davon Zucker 4,6 g Eiweiß 10,7 g Salz 0,69 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
Erbsengemüse Zutaten: Erbsen (56%), Wasser, Vollmilchpulver (5,6%), Weizenmehl, Zucker, Speisesalz, Kartoffelstärke, Butter, Muskat, Pfeffer, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat. pro 100g Brennwert 364 kJ / 87 kcal Fett 2,1 g - davon gesättigt 1,2 g Kohlenhydrate 11,2 g - davon Zucker 3,9 g Eiweiß 5,4 g Salz 0,63 g	Brokkoli natur Zutaten: Wasser, Brokkoli (46%), Speisesalz, Zucker, Muskat, Pfeffer, Kaliumiodat. 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

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: Kartoffel-Gemüsegericht
mit Karotten, Brokkoli und Blumenkohl in Rahm
14.07.2026

Glutenkost-Kartoffel-Gemüse

Zutaten: Kartoffeln, Wasser, Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (14%) (Karotten, Broccoli, Blumenkohl), teilentrahmte MILCH (14%), SAUERRAHM (4%), Rapsöl, modifizierte Stärke, Reismehl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), KÄSE, Gewürze, Kräuter, Dextrose, Zucker, Rauch..

	pro 100g
Brennwert	323 kJ / 77 kcal
Fett	3,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	10,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	0,82 g

Kartoffeltasche
mit Frischkäsefüllung auf Ratatouillegemüse, dazu Reis
15.07.2026

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

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

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	29,8 g
- davon gesättigt	2,4 g
Kohlenhydrate	10,1 g
- davon Zucker	5,1 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	1,89 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

Bio Nudelaufauf
mit Brokkoli, überbacken mit jungem Gouda
15.07.2026

Bio Nudelaufauf mit Brokkoli

Zutaten: Wasser, BIO-Brokkoli (24%), **BIO-Hartweizengrieß** (12%), **BIO-Frischkäse** (4,1%), **Pasteurisierte Bio-Kuhmilch**, BIO-Zwiebel, **BIO-Sahne**, **BIO-Weizenmehl**, Speisesalz, **BIO-Weizenstärke**, **BIO-Magermilchpulver**, **BIO-Milcheiweiß**, Meersalz, BIO-Muskatnuss, BIO-Knoblauch, Reifungskultur, mikrobieller Labaustauschstoff, BIO-Maisstärke, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

pro 100g

Brennwert	368 kJ / 88 kcal
Fett	3,1 g
- davon gesättigt	1,9 g
Kohlenhydrate	11,0 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	3,6 g
Salz	0,71 g

Bio-/Fairtrade®-Banane

15.07.2026

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

Pommes Frites mit Chili con Carne und Käse Topping, dazu Gurkensalat in Rahm
16.07.2026

Zutaten: Tomaten, Wasser, Paprika, Rindfleisch (8,1%), Mais (5,5%), weiße Riesenbohnen (4,0%), Rote Bohnen (3,8%), Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, Zucker, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Chillingpulver, Pfeffer, Knoblauch, Bohnenkraut, Liebstöckel, Basilikum, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure; Kaliumiodat.

Zutaten: Hartweizengrieß (98%), pflanzliches Öl: Raps; Spinatpulver, Speisesalz, Kaliumiodat.

Zutaten: Milch (94%), Speisesalz, Starterkulturen, mikrobielles Lab, Kartoffelstärke, Farbstoff: Beta-Carotin.

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

Zutaten: Puten- und Hähnchenfleisch zum Teil fein zerkleinert (34%), Wasser, **Weizenmehl** (18%), **Gouda** (10%), **Vollei**, Speisesalz, tierisches Fett: Geflügel; Geflügellhaut, Zwiebeln, Gewürze (**enthält Senf**), Kräuter, **Weizenstärke**, **Sesam**, Hefe, Dextrose, **getrockneter Weizensauerteig**, Zucker, pflanzliche Öle: Raps, Sonnenblumen; Emulgator: Mono- und Diacetylweinsäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren; Mehlbehandlungsmittel: Ascorbinsäure.

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

Zutaten: Kartoffeln (94%), pflanzliches Öl: Sonnenblumen.

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

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=Erdsüsse; 16=Soja; 17=Milch; 18a = Mandeln; 18b = Haselnüsse; 19=Sellerie; 20=Senf; 21= Sesamsamen; 22=Schwefel; 23=Luonine; 24=Weichteire. Spuren von Allergenen, die nicht als Zutat gekennzeichnet sind, können vorhanden sein.