

Kaltmenü: Pfannkuchen

dazu Apfelmus

01.09.2026

Pfannkuchen-natur-kalt

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

Marinierte Kartoffeln

in Kräuter-Marinade dazu Zucchini-Tomatengemüse und

Kräuterquark

02.09.2026

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

Zucchini tomatisiert

Zutaten: Tomaten (46%), Zucchini (33%), Wasser, Speisesalz, Zucker, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Basilikum, Oregano, Knoblauch, Pfeffer, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	122 kJ / 29 kcal
Fett	0,3 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	4,4 g
- davon Zucker	4,6 g
Eiweiß	1,6 g
Salz	0,67 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

Milchreis
mit Kirschsauce
02.09.2026

Glutenkost: Kartoffeltasche
mit Frischkäse-Kräuterfüllung, dazu Rahmgemüse
02.09.2026

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
- <i>davon gesättigt</i>	1,4 g
Kohlenhydrate	17,5 g
- <i>davon Zucker</i>	9,6 g
Eiweiß	2,3 g
Salz	0,04 g

Kirschsauce

Zutaten: Sauerkirschen (54%), Wasser, Zucker, Stärke, Speisesalz, Farbstoffe: Riboflavin, Norbixin; Aroma.

	pro 100g
Brennwert	345 kJ / 82 kcal
Fett	0,1 g
- <i>davon gesättigt</i>	0,1 g
Kohlenhydrate	19,2 g
- <i>davon Zucker</i>	17,3 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,00 g

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
- <i>davon gesättigt</i>	2,0 g
Kohlenhydrate	10,0 g
- <i>davon Zucker</i>	3,0 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	1,05 g

Bio-/Fairtrade®-Banane

02.09.2026

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

Vegetarisches Schnitzel, paniert

mit Röstis, dazu Salatmayonnaise und Blattsalat mit

Cocktaildressing

03.09.2026

Veg. Schnitzel

Zutaten: Trinkwasser, **Weizenmehl** (20%), **Sojaprotein** (18%), pflanzliches Öl: Raps; Kartoffelflocken, Verdickungsmittel: Methylcellulose; Speisesalz, Dextrose, Reisgrieß, Gewürze, Hefe.

	pro 100g
Brennwert	1.058 kJ / 253 kcal
Fett	14,0 g
- davon gesättigt	1,7 g
Kohlenhydrate	19,0 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	12,0 g
Salz	1,30 g

Gabelspaghetti

Zutaten: **Hartweizengrieß** (70%), 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

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

Cocktail-Dressing

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Tomaten (19%), Zucker, Branntweinessig (1,8%), Speisesalz, **Eigelb**, **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

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

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.

Bio Ravioliauflauf Gemüse-Ravioli (Tomate, Karotte, Zwiebel) mit Erbsen & Möhren, überbacken mit jungem Gouda 03.09.2026	Glutenkost: Reis-Gemüse Eintopf mit Rindfleisch 03.09.2026																												
Bio Ravioliauflauf mit Erbsen und Möhren Zutaten: Wasser, Bio Ravioli mit Gemüsefüllung (27%) (BIO-Hartweizengrieß, Trinkwasser, BIO-Weizenmehl, BIO-Karotte, BIO-Tomatenmark, BIO-Sonnenblumenöl, BIO-Karamellzucker, Meersalz, BIO-Zwiebel, BIO-Pastinake, BIO-Gewürze, Hefe) , BIO-Karotte (12%), BIO-Erbsen (12%), Pasteurisierte Bio-Kuhmilch, BIO-Frischkäse, BIO-Zwiebel, BIO-Weizenmehl, BIO-Sahne, BIO-Weizenstärke, Speisesalz, BIO-Magermilchpulver, BIO-Butter, BIO-Milcheiweiß, Meersalz, Reifungskultur, mikrobieller Labaustauschstoff, BIO-Pfeffer, BIO-Muskatnuss, BIO-Maisstärke, BIO-Knoblauch, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure. pro 100g <table><tr><td>Brennwert</td><td>555 kJ / 132 kcal</td></tr><tr><td>Fett</td><td>5,4 g</td></tr><tr><td>- davon gesättigt</td><td>2,8 g</td></tr><tr><td>Kohlenhydrate</td><td>15,1 g</td></tr><tr><td>- davon Zucker</td><td>1,5 g</td></tr><tr><td>Eiweiß</td><td>5,0 g</td></tr><tr><td>Salz</td><td>0,71 g</td></tr></table>	Brennwert	555 kJ / 132 kcal	Fett	5,4 g	- davon gesättigt	2,8 g	Kohlenhydrate	15,1 g	- davon Zucker	1,5 g	Eiweiß	5,0 g	Salz	0,71 g	Glutenkost Reis Gemüse Eintopf 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 <table><tr><td>Brennwert</td><td>198 kJ / 47 kcal</td></tr><tr><td>Fett</td><td>1,0 g</td></tr><tr><td>- davon gesättigt</td><td>0,4 g</td></tr><tr><td>Kohlenhydrate</td><td>5,0 g</td></tr><tr><td>- davon Zucker</td><td>1,0 g</td></tr><tr><td>Eiweiß</td><td>4,0 g</td></tr><tr><td>Salz</td><td>0,73 g</td></tr></table>	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
Brennwert	555 kJ / 132 kcal																												
Fett	5,4 g																												
- davon gesättigt	2,8 g																												
Kohlenhydrate	15,1 g																												
- davon Zucker	1,5 g																												
Eiweiß	5,0 g																												
Salz	0,71 g																												
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																												

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.

Naturjoghurt 3,5% - 03.09.2026		Kichererbsencurry verfeinert mit Kokosnussmilch, dazu Reis 04.09.2026	
Dessert Naturjoghurt 3,5 %		Kichererbsencurry	
Zutaten: Joghurt 100g.		Zutaten: Wasser, Tomaten (23%), Kichererbsen (22%), Kokosextrakt (17%), Zwiebeln, Speisesalz, Weizenmehl, Currypulver (enthält Senf), Kartoffelstärke, Knoblauch, Kurkuma , Karotten, Pfeffer, Zwiebelpulver, Paprikapulver geräuchert, Lauchpulver, Gewürz (Liebstöckel), Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Emulgator: Polysorbat 60; Kaliumiodat.	
pro 100g		pro 100g	
Brennwert276 kJ / 66 kcal		Brennwert316 kJ / 75 kcal	
Fett3,5 g		Fett4,7 g	
- davon gesättigt2,3 g		- davon gesättigt3,6 g	
Kohlenhydrate4,1 g		Kohlenhydrate5,7 g	
- davon Zucker4,1 g		- davon Zucker1,7 g	
Eiweiß4,5 g		Eiweiß2,5 g	
Salz0,13 g		Salz0,84 g	
		Reis	
		Zutaten: Reis 106g, Speisesalz, Kaliumiodat.	
		pro 100g	
		Brennwert534 kJ / 128 kcal	
		Fett0,5 g	
		- davon gesättigt0,1 g	
		Kohlenhydrate27,5 g	
		- davon Zucker0,1 g	
		Eiweiß2,6 g	
		Salz0,50 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.

Vollkorn-Penne mit Tomatensauce, dazu Gouda-Topping
04.09.2026

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

Bio Tomatensauce

Zutaten: Wasser, BIO-Tomatenmark (16%), 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 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: Omelett

mit Spinat und Stampfkartoffeln
04.09.2026

Omelett mit Spinat und Stampfkartoffeln

Zutaten: Spinat, Kartoffeln, Omelett (25%) (HÜHNEREI (83%), Wasser, Stärke, Speisesalz, Speisewürze (enthält SOJA), Essig, Honig), Wasser, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), modifizierte Stärke, Gewürze, Kräuter..

	pro 100g
Brennwert	372 kJ / 89 kcal
Fett	5,0 g
- <i>davon gesättigt</i>	1,0 g
Kohlenhydrate	7,0 g
- <i>davon Zucker</i>	1,0 g
Eiweiß	4,0 g
Salz	1,11 g