Kaiserschmarrn ohne Rosinen

mit Vanillesauce

09.11.2026

Kaiserschmarrn ohne Rosinen

Zutaten: **Magermilch**, **Weizenmehl** (20%), **Hühnereier**, Zucker, Wasser, pflanzliches Öl: Rapsöl; **Weizengluten**, Stabilisator: Sorbitsirup; Diphosphate, Palmfett, Stärke, jodiertes Speisesalz (Speisesalz), Vanilleschoten gemahlen, Backtriebmittel: Natriumcarbonat; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.061 kJ / 253 kcal
Fett	8,0 g
- davon gesättigt	2,4 g
Kohlenhydrate	36,0 g
- davon Zucker	13,4 g
Eiweiß	9,0 g
Salz	0,75 g

warme Vanillesauce

Zutaten: **Milch**, Zucker, Stärke, Speisesalz, Vanille (0,0%), Kurkuma , Farbstoffe: Riboflavin, Norbixin; Aroma.

	pro 100g
Brennwert	334 kJ / 80 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	13,6 g
- davon Zucker	13,4 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	0,12 g

Risoni-Hackpfanne "Griechische Art"

mit Rinderhackfleisch, Paprikastreifen und Hirtenkäse, dazu Krautsalat natur

09.11.2026

Risoni-Hackfleischpfanne (Rind)

Zutaten: Wasser, **Hartweizengrieß** (13%), Rindfleisch (12%), Paprika (7,6%), Tomaten, Hirtenkäse (4,8%) (**Milch**, Speisesalz, Reifekulturen, mikrobielles Lab) , Zwiebeln, **Sahne**, **Käse**, Rapsöl, Speisesalz, **Butter** , Paprikapulver geräuchert, Knoblauch, **Süßmolkenpulver**, Oregano, Stabilisator: Carrageen; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	527 kJ / 126 kcal
Fett	6,4 g
- davon gesättigt	2,8 g
Kohlenhydrate	11,1 g
- davon Zucker	2,1 g
Eiweiß	5,3 g
Salz	0,96 g

Krautsalat

Zutaten: Weißkohl (68%), pflanzliches Öl: Rapsöl; Zucker, Branntweinessig (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 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: Vegetarische Spinat-Käse-Bällchen

aus Erbsen- & Sonnenblumenprotein, dazu Kohlrabigemüse und Erbsen-Kartoffelstampf

09.11.2026

Spinat Mozzarrella Bällchen mit Kohlrabi und Erbsen-Kartoffelstampf

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

Naturjoghurt 3,5%

-

09.11.2026

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

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.

Rinderhackbällchen
in dunkler Sauce, dazu Ratatouille-Gemüse und Spirelli
10.11.2026

Rinderhackbällchen

Zutaten: Rindfleisch (65%), Zwiebeln (12%), Wasser, **Ei** (7,5%), **Weizenmehl**, Sonnenblumenöl, Speisesalz, Rapsöl, Pfeffer, Hefe, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	850 kJ / 203 kcal
Fett	15,9 g
- davon gesättigt	4,6 g
Kohlenhydrate	4,3 g
- davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	10,9 g
Salz	1,00 g

Gurkensalat in Rahm

Zutaten: Gurke (60%), **Magermilchjoghurt** (8,0%), pflanzliches Öl: Rapsöl; Wasser, Zucker, **Sahne** (4,8%), **Eigelb**, **Senfsaat**, Branntweinessig, 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

Sauce vom Rind

Zutaten: Wasser, Rindfleisch (14%), Karotten, Zwiebeln, Tomaten (1,8%), **Weizenmehl**, Porree, Kartoffelstärke, Speisesalz, Zucker, Pfeffer, Rapsöl, Knoblauch, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	148 kJ / 35 kcal
Fett	1,0 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	3,0 g
- davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	3,4 g
Salz	0,83 g

Spirelli

Zutaten: **Hartweizengrieß** (88%), Wasser, Rapsöl, Speisesalz, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	734 kJ / 175 kcal
Fett	4,9 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	27,3 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	4,6 g
Salz	0,50 g

Bio Kartoffelgulasch
mit Tomate & Paprika
10.11.2026

Bio Kartoffelgulasch

Zutaten: Wasser, BIO-Kartoffeln (25%), BIO-Zwiebel, BIO-Karotte, BIO-Tomate (3,7%), **BIO-Sahne**, BIO-Porree, BIO-Paprika (2,6%), BIO-Tomatenmark, BIO-Erbsen, **BIO-Weizenmehl**, Speisesalz, **BIO-Weizenstärke**, BIO-Zucker, BIO-Muskatnuss, BIO-Oregano, BIO-Basilikum, BIO-Curry, BIO-Cumin, Rauch, Verdickungsmittel: Carrageen.

	pro 100g
Brennwert	193 kJ / 46 kcal
Fett	1,2 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	7,1 g
- davon Zucker	1,6 g
Eiweiß	1,3 g
Salz	0,81 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: Hähnchen-Medaillons

in Gemüsesoße, dazu Reis

10.11.2026

Hähnchen-Medaillons in Gemüsesauce, dazu Reis

Zutaten: Langkornreis gegart (Wasser, Langkornreis, Speisesalz), Wasser, teilentrahmte MILCH, Hähnchenmedaillons (9%) (Hähncheninnenfilet, Hähnchenbrustfilet, Dextrose, Speisesalz, Tapiokastärke, Xylose, vollständig raffiniertes **Sojabohnenöl**), 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, Zitronensaftkonzentrat, 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

Bio Happea Meat Gyros

(auf Erbsenbasis) auf Bulgur mit Tomaten & Erbsen, dazu Kräuterquarkdip

11.11.2026

Bio Veg. Gyros aus Happea

Zutaten: Wasser, Bio-Erbsenproteinkonzentrat (20%), BIO-Rapsöl (6,4%), Bio-Ackerbohnen-Proteinkonzentrat, Speisesalz, BIO-Paprika, BIO-Oregano, BIO-Pfeffer, Bio Koriander, BIO-Chili, BIO-Knoblauch, Rauch.

	pro 100g
Brennwert	931 kJ / 222 kcal
Fett	15,8 g
- davon gesättigt	1,3 g
Kohlenhydrate	4,3 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	14,1 g
Salz	1,85 g

Bio Kräuterquark

Zutaten: **BIO-Magerquark** (79%), **BIO-Milch 1,5%**, BIO-Rapsöl , Speisesalz, BIO-Zucker, BIO-Petersilie, BIO-Schnittlauch, BIO-Pfeffer, BIO-Knoblauch.

	pro 100g
Brennwert	322 kJ / 77 kcal
Fett	1,9 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	4,6 g
- davon Zucker	4,6 g
Eiweiß	10,1 g
Salz	0,81 g

Bio Erbsen-Tomaten-Bulgur

Zutaten: Wasser, BIO-Tomate, **Bio-Hartweizen** (17%), BIO-Erbsen (12%), BIO-Rapsöl , BIO-Tomatenmark, Speisesalz, BIO-Petersilie, BIO-Paprika, BIO-Zucker, BIO-Knoblauch, BIO-Oregano, Rauch.

	pro 100g
Brennwert	544 kJ / 130 kcal
Fett	5,8 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	15,2 g
- davon Zucker	2,6 g
Eiweiß	3,4 g
Salz	1,57 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.

Geflügelbolognesesauce

mit Gabelspaghetti

11.11.2026

Geflügel-Bolognese

Zutaten: Wasser, Tomaten (25%), Putenfleisch, Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, Zucker, **Weizenmehl**, Oregano, Kartoffelstärke, Basilikum, Rapsöl, Knoblauch, Thymian, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	245 kJ / 58 kcal
Fett	2,0 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	4,1 g
- davon Zucker	3,5 g
Eiweiß	5,2 g
Salz	0,77 g

Gabelspaghetti

Zutaten: **Hartweizengrieß** (70%), Wasser, Rapsöl, 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

Glutenkost: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne

in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern

11.11.2026

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

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-/Fairtrade®-Banane

-

11.11.2026

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

Verschiedene Blattsalate

Mit Paprikawürfeln und Karottenstreifen, dazu Joghurtdressing und Hausdressing

11.11.2026

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: Rapsöl (29%); Zucker, Branntweinessig (2,4%), **Eigelb** (1,9%), 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

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

Joghurtdressing, Salatbar klein

Zutaten: **Joghurt** (75%), Wasser, Rapsöl, Branntweinessig, Zucker, Speisesalz, Schnittlauch, Petersilie, Weinessig, Dill, Traubenmostkonzentrat, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	250 kJ / 60 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.

Hähnchenoberkeule (ausgelöst)

in dunkler Sauce, dazu Rosenkohl natur und Salzkartoffeln

12.11.2026

Hähnchenoberkeule

Zutaten: Hähnchenkeule (83%), Wasser, Speisesalz, Kartoffelstärke, Gewürze, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; Trennmittel: Natriumcarbonat.

	pro 100g
Brennwert	779 kJ / 186 kcal
Fett	13,3 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	0,4 g
- davon Zucker	0,0 g
Eiweiß	16,3 g
Salz	1,18 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: Rapsöl; Tomaten (4,9%), Zucker, Branntweinessig (2,1%), **Eigelb**, Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	995 kJ / 238 kcal
Fett	23,2 g
- davon gesättigt	1,9 g
Kohlenhydrate	8,9 g
- davon Zucker	4,9 g
Eiweiß	0,8 g
Salz	1,61 g

Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln (99%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	317 kJ / 76 kcal
Fett	0,3 g
- davon gesättigt	0,2 g
Kohlenhydrate	14,5 g
- davon Zucker	0,4 g
Eiweiß	1,7 g
Salz	0,36 g

Geflügelsauce

Zutaten: Wasser, Geflügel (17%) (Hähnchenfleisch) , Karotten (5,6%), Zwiebeln, Porree, Tomaten (2,5%), **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Speisesalz, Zucker, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	224 kJ / 54 kcal
Fett	2,5 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	4,2 g
- davon Zucker	1,4 g
Eiweiß	3,5 g
Salz	0,96 g

Bio Möhreneintopf

mit Kartoffelwürfeln

12.11.2026

Bio Kartoffel-Möhren Eintopf

Zutaten: Wasser, BIO-Karotte (30%), BIO-Kartoffeln (26%), BIO-Zwiebel, **BIO-Weizenmehl**, **BIO-Weizenstärke**, Speisesalz, BIO-Zucker, BIO-Petersilie, BIO-Muskatnuss, BIO-Pfeffer.

	pro 100g
Brennwert	165 kJ / 39 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	7,8 g
- davon Zucker	1,9 g
Eiweiß	0,9 g
Salz	0,65 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: Truthahnschnitzel "natur"

in Rahmsoße, dazu Fingermöhren, Erbsen & Reis

12.11.2026

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

Zutaten: Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (28%) (Fingermöhrchen, 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

Marinierte Kartoffeln

in Paprika-Marinade mit Erbsen-Möhren-Gemüse, dazu ein Kräuter-Quark-Dip

13.11.2026

Kartoffeln mit Paprikamarinade

Zutaten: Kartoffeln (92%), Rapsöl, Speisesalz, Gewürze, Pfeffer, Chillipulver, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	536 kJ / 128 kcal
Fett	6,6 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	13,7 g
- davon Zucker	0,5 g
Eiweiß	1,7 g
Salz	0,58 g

Kräuterquark

Zutaten: **Magermilch** (85%), **Milch** (9,9%), Rapsöl, Petersilie (1,0%), Kulturen, Speisesalz, Zucker, Schnittlauch (0,1%), Dill (0,1%), Pfeffer, Knoblauch, mikrobielles Lab, 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

Erbsen-Möhren-Gemüse

Zutaten: Wasser, Karotten (31%), Erbsen (31%), **Vollmilchpulver** (4,1%), **Weizenmehl**, Zucker, Speisesalz, Kartoffelstärke, **Butter**, Muskat, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; 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

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 Köttbullar

Vegetarische Bällchen (Happea, auf Erbsenbasis) in Kräuter-Rahmsauce, dazu Kartoffelpüree

13.11.2026

Bio Happea Bällchen

Zutaten: Wasser, BIO-Zwiebel, Bio-Erbsenproteinkonzentrat (13%), **BIO-Vollei** (10%), **BIO-Haferflocken** (10%), BIO-Tomatenmark, Bio-Ackerbohnen-Proteinkonzentrat, Speisesalz, BIO-Zucker, BIO-Paprika, BIO-Knoblauch, BIO-Petersilie, Rauch, Säureregulator: Citronensäure.

	pro 100g
Brennwert	535 kJ / 128 kcal
Fett	2,5 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	11,6 g
- davon Zucker	3,5 g
Eiweiß	12,4 g
Salz	1,83 g

Bio Kartoffelpüree

Zutaten: BIO-Kartoffeln (66%), **BIO-Milch 1,5%** (31%), **BIO-Butter** (2,1%), Speisesalz, BIO-Muskatnuss.

	pro 100g
Brennwert	375 kJ / 90 kcal
Fett	2,2 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	14,1 g
- davon Zucker	1,6 g
Eiweiß	2,4 g
Salz	0,79 g

Bio Kräuter-Rahm-Sauce

Zutaten: Wasser, **BIO-Milch 1,5%**, **BIO-Sahne** (6,8%), **BIO-Frischkäse**, **BIO-Weizenmehl**, **BIO-Weizenstärke**, Speisesalz, **BIO-Butter**, **BIO-Magermilchpulver**, **BIO-Milcheiweiß**, BIO-Schnittlauch (0,1%), BIO-Petersilie (0,1%), Meersalz, BIO-Paprika, BIO-Knoblauch, BIO-Pfeffer, BIO-Curry, BIO-Muskatnuss, BIO-Cumin, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

	pro 100g
Brennwert	283 kJ / 68 kcal
Fett	4,8 g
- davon gesättigt	3,1 g
Kohlenhydrate	4,6 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	1,6 g
Salz	1,25 g

Glutenkost: Spinat-Kartoffelauflauf

mit Sesam, überbacken mit würzigem Gouda-Käse

13.11.2026

Spinat-Kartoffelauflauf mit Sesam, überbacken mit Gouda

Zutaten: Kartoffeln, Blattspinat (18%), Wasser, teilentrahmte MILCH, SAUERRAHM, GOUDA (3%), Rapsöl, modifizierte Stärke, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Reismehl, Gewürze, SESAM, Dextrose, Kräuter, Zucker..

	pro 100g
Brennwert	497 kJ / 119 kcal
Fett	7,0 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	11,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	1,34 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 Radieschenstreifen und Gurkenscheiben, dazu Joghurtdressing und Hausdressing

13.11.2026

Joghurtdressing, Salatbar klein

Zutaten: **Joghurt** (75%), Wasser, Rapsöl, Branntweinessig, Zucker, Speisesalz, Schnittlauch, Petersilie, Weinessig, Dill, Traubenmostkonzentrat, Dextrose, pflanzliches Öl: Rapsöl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	250 kJ / 60 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

Radieschenstreifen

Zutaten: Radieschen 100g.

	pro 100g
Brennwert	61 kJ / 15 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	2,1 g
- davon Zucker	0,4 g
Eiweiß	1,1 g
Salz	0,04 g

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

Hausdressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Rapsöl (29%); Zucker, Branntweinessig (2,4%), **Eigelb** (1,9%), 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

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

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.