

Marinierte Kartoffeln

in Paprika-Marinade mit Zucchini-Tomatengemüse, dazu ein Kräuter-Quark-Dip
09.02.2026

Kartoffeln mit Paprikamarinade

Zutaten: Kartoffeln (92%), pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Gewürze, Pfeffer, Chilli-Pulver, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	500 kJ / 119 kcal
Fett	5,9 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	13,6 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	1,7 g
Salz	0,71 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

Zucchini tomatisiert

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

	pro 100g
Brennwert	136 kJ / 32 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

Krautsalat Coleslaw

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

	pro 100g
Brennwert	956 kJ / 228 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

Bratwurst vom Schwein

auf Wirsinggemüse, dazu Kartoffelpüree
09.02.2026

Schweinebratwurst

Zutaten: Schweinefleisch (75%), pflanzliche Öle: Sonnenblumen, Raps; Wasser, Siedesalz, Gewürze, getrockneter Glucosesirup, essbare Hülle (Schafssaitling), Stabilisator: Diposphat; Antioxidationsmittel: Natriumacetat.

	pro 100g
Brennwert	1.534 kJ / 366 kcal
Fett	36,3 g
- davon gesättigt	10,1 g
Kohlenhydrate	0,6 g
- davon Zucker	0,2 g
Eiweiß	10,7 g
Salz	1,47 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	136 kJ / 32 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

Krautsalat Coleslaw

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

	pro 100g
Brennwert	956 kJ / 228 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	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

Glutenkost: Vegetarische Spinat-Käse-Bällchen
 aus Erbsen- & Sonnenblumenprotein, dazu Kohlrabigemüse und
 Erbsen-Kartoffelstampf
09.02.2026

Spirelli
 mit Tomaten-Rahm-Sauce, dazu Chinakohlsalat
10.02.2026

Spinat Mozzarella Bällchen mit Kohlrabi und Erbsen-Kartoffelstampf

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

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

Chinakohlsalat

Zutaten: Chinakohl (52%), Karotten (13%), pflanzliches Öl: Raps; Paprika (8,0%), Mais, Kräuteressig, Zucker, Wasser, Gewürze, Speisesalz, Kräuter- und Gewürzausüge, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	482 kJ / 115 kcal
Fett	9,9 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	5,9 g
- davon Zucker	4,8 g
Eiweiß	0,9 g
Salz	1,10 g

Tomaten-Rahm-Sauce

Zutaten: Wasser, Tomaten (34%), **Sahne** (8,6%), Karotten, **Weizenmehl**, Porree, Zucker, Zwiebeln, Speisesalz, Kartoffelstärke, Gewürze, Basilikum, Oregano, Knoblauch, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	301 kJ / 72 kcal
Fett	3,0 g
- davon gesättigt	1,8 g
Kohlenhydrate	8,1 g
- davon Zucker	6,2 g
Eiweiß	2,1 g
Salz	0,52 g

Bio Kartoffelauflauf

mit Spinat, überbacken mit jungem Gouda

10.02.2026

Bio Kartoffelauflauf mit Spinat

Zutaten: BIO-Kartoffeln (38%), BIO-Blattspinat (32%), Wasser, **Pasteurisierte Bio-Kuhmilch**, BIO-Zwiebel, **BIO-Sahne** (3,2%), **BIO-Frischkäse**, **BIO-Weizenmehl**, Speisesalz, **BIO-Weizenstärke**, **BIO-Butter**, **BIO-Magermilchpulver**, **BIO-Milcheiweiß**, Reifungskultur, Meersalz, BIO-Knoblauch, mikrobieller Labautauschstoff, BIO-Maisstärke, BIO-Pfeffer, BIO-Muskatnuss, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

	pro 100g
Brennwert	376 kJ / 90 kcal
Fett	4,4 g
- davon gesättigt	2,8 g
Kohlenhydrate	7,8 g
- davon Zucker	1,1 g
Eiweiß	3,9 g
Salz	0,76 g

Glutenkost: Hähnchen-Medaillons

in Gemüsesoße, dazu Reis

10.02.2026

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, Säurerregulator 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

Gemüsecremesuppe

(Erbsen, Möhren, Brokkoli, Kartoffeln) mit vegetarischen Maultaschen (Karotte, Spinat, Erbse)

11.02.2026

Gemüsecremesuppe

Zutaten: Wasser, Kartoffeln (14%), Erbsen (6,8%), **Sahne** (6,5%), Karotten (5,7%), Blumenkohl, Brokkoli, Speisesalz, Porree, **Weizenmehl**, Brechbohnen, Zwiebeln, Stechrüben, Kartoffelstärke, **Knollensellerie**, **Staudensellerie**, Rosenkohl, Liebstöckel, Kräuter, Knoblauch, Paprika, Lauch, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	190 kJ / 45 kcal
Fett	2,1 g
- davon gesättigt	1,3 g
Kohlenhydrate	5,2 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	1,3 g
Salz	0,98 g

Veg. Maultaschen - Suppeneinlage

Zutaten: Wasser, **Hartweizengrieß** (17%), **Hühnereieiweiß** (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

Panierte Hähnchen Nuggets

mit Rösti, dazu Ketchup und Blattsalat mit Joghurtdressing

11.02.2026

Hähnchen nuggets*

Zutaten: Hähnchenfleisch (65%), **Weizenmehl** (18%), pflanzliches Öl: Raps; Wasser, Stärke, Speisesalz, Dextrose, Reisgrits, Gewürze, Hefe.

pro 100g

Brennwert	1.068 kJ / 255 kcal
Fett	12,6 g
- davon gesättigt	1,9 g
Kohlenhydrate	20,9 g
- davon Zucker	1,2 g
Eiweiß	15,0 g
Salz	1,20 g

Vollkornreis

Zutaten: Reis (59%), Wasser, Speisesalz, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	749 kJ / 179 kcal
Fett	1,2 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	35,3 g
- davon Zucker	0,4 g
Eiweiß	4,9 g
Salz	0,50 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

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

Gemüsecremesuppe
 (Erbsen, Möhren, Brokkoli, Kartoffeln) mit vegetarischen
 Maultaschen (Karotte, Spinat, Erbse)
11.02.2026

Panierte Hähnchen Nuggets
 mit Rösti, dazu Ketchup und Blattsalat mit Joghurtdressing
11.02.2026

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

Joghurt-Dressing

Zutaten: Joghurt (68%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Branntweinessig (1,7%), 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: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne
in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern
11.02.2026

Feine Süßkartoffel-Gnocchi in hausgemachter Gemüse-Sahnesauce, verfeinert mit Kräutern

Zutaten: Gnocchi mit Süßkartoffel (34%) (Kartoffeln, Süßkartoffeln (27%), Stärke, Maisgrieß, Rapsöl, Speisesalz, Verdickungsmittel Guarakernmehl, 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

11.02.2026

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

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.

Pfannkuchen
mit Vanillesauce
12.02.2026

Pfannkuchen natur*

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

warme Vanillesauce

Zutaten: **Milch**, Zucker, Stärke, Speisesalz, Vanille (0,1%), Kurkuma , Farbstoffe: Riboflavin, Norbixin; Aroma.

pro 100g

Brennwert	336 kJ / 80 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	13,7 g
- davon Zucker	13,5 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	0,12 g

Gyrossuppe
mit Schweinegeschnetzeltem, Pilzen und Paprikastreifen
12.02.2026

Gyrossuppe vom Schwein

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	296 kJ / 71 kcal
Fett	2,7 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	5,5 g
- davon Zucker	2,6 g
Eiweiß	5,6 g
Salz	1,28 g

Glutenkost: Truthahnschnitzel "natur"
in Rahmsoße, dazu Fingermöhren, Erbsen & Reis
12.02.2026

**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, Geflügeextrakt, 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%

12.02.2026

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

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%

12.02.2026

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

Paniertes Hähnchenschnitzel

mit Pommes und Salatmayonnaise, dazu Blattsalat mit

Hausdressing

13.02.2026

Hähnchenschnitzel***Zutaten:** Hähnchenbrustfilet (60%), **Weizenmehl**, pflanzliches Öl: Raps; Wasser, Stärke (**Weizen**, Mais), Speisesalz, Dextrose, Reisgriff, Hefe.

	pro 100g
Brennwert	767 kJ / 183 kcal
Fett	5,0 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	16,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	18,0 g
Salz	1,30 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 (2,3%), **Eigelb**, Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarkernmehl; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	1.025 kJ / 245 kcal
Fett	24,4 g
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	8,6 g
- davon Zucker	4,5 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	1,69 g

Pommes Frites***Zutaten:** Kartoffeln (96%), pflanzliches Öl: Palm.

	pro 100g
Brennwert	572 kJ / 137 kcal
Fett	3,7 g
- davon gesättigt	1,9 g
Kohlenhydrate	21,9 g
- davon Zucker	0,6 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,10 g

Salatmayonnaise**Zutaten:** pflanzliches Öl: Raps (46%); Wasser, **Eigelb** (3,0%), Zucker, Maisstärke, Branntweinessig, **Senfsaat**, Speisesalz, Gewürze, Verdickungsmittel: Guarkernmehl.

	pro 100g
Brennwert	1.911 kJ / 457 kcal
Fett	47,4 g
- davon gesättigt	3,8 g
Kohlenhydrate	12,7 g
- davon Zucker	4,7 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	1,50 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 Menützusammensetzung 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
mit Erbsen & Möhren, überbacken mit jungem Gouda
13.02.2026

Glutenkost: Rote-Linsen-Suppe
mit Hähnchenbruststreifen, Kartoffeln, buntem Gemüse &
Kokosnussmilch
13.02.2026

Bio Ravioliauflauf mit Erbsen und Möhren

Zutaten: Wasser, **BIO-Hartweizengrieß** (15%), **BIO-Karotte** (13%), **BIO-Erbsen** (12%), **Pasteurisierte Bio-Kuhmilch**, **BIO-Frischkäse**, Trinkwasser, **BIO-Zwiebel**, **Paniermehl** (**BIO-Weizenmehl**, Hefe, Speisesalz), **BIO-Tomatenmark**, **BIO-Weizenmehl**, **BIO-Sahne**, **BIO-Sonnenblumenöl**, **BIO-Weizenstärke**, Speisesalz, Meersalz, **BIO-Magermilchpulver**, Bio Gemüsebrühe (Meersalz, **BIO-Maltodextrin**, **BIO-Rohrzucker**, Bio-Gemüsepulver, **BIO-Karamellzucker**, **BIO-Sonnenblumenöl**), **BIO-Gewürze**, **BIO-Butter**, **BIO-Milcheiweiß**, Reifungskultur, **BIO-Pfeffer**, **BIO-Muskatnuss**, mikrobieller Labaustauschstoff, **BIO-Maisstärke**, **BIO-Knoblauch**, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

	pro 100g
Brennwert	537 kJ / 128 kcal
Fett	4,9 g
- davon gesättigt	2,5 g
Kohlenhydrate	15,4 g
- davon Zucker	1,5 g
Eiweiß	4,6 g
Salz	0,69 g

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, Zuckerrübelsirup, Gewürze, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Gewürzextrakte, Tomatenmark, Hühnerfett, Geflügeextrakt, Knoblauch, Zitronengras, Ingwer, Trockenglucosesirup, Karottenextrakt, Dextrose, Branntweinessig, 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