

Geflügelbällchen

in dunkler Sauce, dazu Erbsen natur und Spirelli
18.02.2026

Geflügelbällchen

Zutaten: Geflügel (68%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , **Weizenmehl**, Zwiebeln, **Ei** (7,1%), Wasser, pflanzliche Öle: Sonnenblumen, Raps; Speisesalz, Pfeffer, Hefe, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	670 kJ / 160 kcal
Fett	8,9 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	6,0 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	13,9 g
Salz	1,54 g

Erbsen natur

Zutaten: Erbsen (98%), Speisesalz, Zucker, Pfeffer, Muskat, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	368 kJ / 88 kcal
Fett	0,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	13,2 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	7,0 g
Salz	1,08 g

Spirelli

Zutaten: Hartweizengrieß (88%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; 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

Geflügelsauce

Zutaten: Wasser, Geflügel (16%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , Tomaten (11%), Karotten (5,3%), Zwiebeln, Porree, **Weizenmehl**, Speisesalz, Kartoffelstärke, Zucker, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	234 kJ / 56 kcal
Fett	2,4 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	4,6 g
- davon Zucker	2,5 g
Eiweiß	3,7 g
Salz	0,92 g

Bio Kartoffel-Möhren-Auflauf

überbacken mit jungem Gouda
18.02.2026

Bio Kartoffelaufbau mit Möhren

Zutaten: BIO-Kartoffeln (37%), BIO-Karotte (27%), Wasser, BIO-Zwiebel, **Pasteurisierte Bio-Kuhmilch**, **BIO-Frischkäse** (2,7%), **BIO-Sahne** (1,9%), **BIO-Weizenmehl**, Speisesalz, **BIO-Weizenstärke**, **BIO-Butter**, BIO-Zucker, **BIO-Magermilchpulver**, **BIO-Milcheiweiß**, Meersalz, Reifungskultur, BIO-Knoblauch, mikrobieller Labaustauschstoff, BIO-Maisstärke, BIO-Muskatnuss, BIO-Pfeffer, Verdickungsmittel: Carrageen; Säuerungsmittel: Milchsäure.

pro 100g

Brennwert	328 kJ / 78 kcal
Fett	3,5 g
- davon gesättigt	2,3 g
Kohlenhydrate	8,3 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	2,7 g
Salz	0,60 g

Glutenkost: Putengeschnetzeltes
mit Brokkoli und Karotten, dazu Salzkartoffeln
18.02.2026

Putengeschnetzeltes mit Brokkoli und Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln, Wasser, Putenfleisch (16%), Gemüse in veränderlichen Gewichtsanteilen (17%) (Karotten, Broccoli), Zwiebeln, SAHNE, modifizierte Stärke, Rapsöl, Tomatenmark, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Geflügelextrakt, Gemüsefond (Wasser, Gewürzextrakte, Tomatenmark, Gewürze, Trockenglucosesirup, Karottenextrakt, Tomatenpulver, Speisesalz, Brantweinessig), Zucker, Hühnerfett, Champignonextraktpulver (Maltodextrin, Champignonextrakt), Pastinakenpulver, Gewürze (enthält SELLERIE), Dextrose..

pro 100g

Brennwert	303 kJ / 72 kcal
Fett	2,0 g
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	2,0 g
Eiweiß	5,0 g
Salz	0,90 g

Bio-/Fairtrade®-Banane

18.02.2026

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

Chili sin Carne

mit Happea Meat (auf Erbsenbasis), Paprika, Tomaten & Kidneybohnen, dazu Vollkornspirelli und Möhrensalat natur
19.02.2026

Vegetarisches Chili sin Carne mit Happea

Zutaten: Tomaten (35%), Wasser, Rote Bohnen (9,6%), Paprika (7,5%), weiße Riesenbohnen, Mais (4,5%), Zwiebeln, Bio-Erbsenproteinkonzentrat, Speisesalz, Bio-Faba-Proteinkonzentrat, Zucker, Gewürze, **Weizenmehl**, Kartoffelstärke, Oregano, Knoblauch, Bohnenkraut, Pfeffer, Chillipulver, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	359 kJ / 86 kcal
Fett	0,7 g
- davon gesättigt	0,2 g
Kohlenhydrate	11,6 g
- davon Zucker	6,0 g
Eiweiß	3,8 g
Salz	0,48 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

Vollkorn Spirelli

Zutaten: Wasser, **Vollkornhartweizengrieß** (40%), pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	738 kJ / 176 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

Hähnchengyros

mit Wedges und Zaziki-Dip, dazu Blattsalat mit Hausdressing
19.02.2026

Hähnchengyros

Zutaten: Hähnchenkeulenfleisch (94%), Speisesalz, Stärke, Dextrose, Gewürze, Gewürzextrakte, Kräuter.

pro 100g

Brennwert	606 kJ / 145 kcal
Fett	6,5 g
- davon gesättigt	2,3 g
Kohlenhydrate	1,8 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	19,5 g
Salz	1,40 g

Tzatziki

Zutaten: **Magermilch** (47%), **Joghurt**, Gurke (20%), **Sahne**, Schnittlauch, Speisesalz, Petersilie, Kulturen, Knoblauch, Dill, Pfeffer, mikrobielles Lab, Fruchtsaft aus Fruchtsaftkonzentrat: Zitronensaft; pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	236 kJ / 56 kcal
Fett	1,6 g
- davon gesättigt	0,9 g
Kohlenhydrate	3,5 g
- davon Zucker	3,4 g
Eiweiß	5,9 g
Salz	0,83 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

Kartoffelwedges*

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

pro 100g

Brennwert	547 kJ / 131 kcal
Fett	3,0 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	22,0 g
- davon Zucker	0,5 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,10 g

Chili sin Carne

mit Happea Meat (auf Erbsenbasis), Paprika, Tomaten & Kidneybohnen, dazu Vollkornspirelli und Möhrensalat natur
19.02.2026

Hähnchengyros

mit Wedges und Zaziki-Dip, dazu Blattsalat mit Hausdressing
19.02.2026

Vollkorn Spirelli

Zutaten: Wasser, **Vollkornhartweizengrieß** (40%), pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Kaliumiodat.

pro 100g

Brennwert	738 kJ / 176 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

Glutenkost: Kartoffel-Gemüsegericht
mit Karotten, Brokkoli und Blumenkohl in Rahm
19.02.2026

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

Naturjoghurt 3,5%
-
19.02.2026

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

Thunfisch Pasta

Thunfisch-Rahm-Sauce mit Makkaroni, dazu Blattsalat mit Joghurtdressing
20.02.2026

Thunfisch-Creme-Sauce mit Schnittlauch

Zutaten: Wasser, **Milch** (22%), Tomaten, **Thunfisch** (11%), **Sahne** (4,9%), Karotten, Porree, Zwiebeln, Speisesalz, **Weizenmehl**, **Butter**, Kartoffelstärke, Zucker, Schnittlauch, Petersilie, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	238 kJ / 57 kcal
Fett	2,5 g
- davon gesättigt	1,6 g
Kohlenhydrate	3,2 g
- davon Zucker	2,3 g
Eiweiß	5,1 g
Salz	1,20 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

Joghurt-Dressing

Zutaten: Joghurt (68%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Brantweinessig (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

Makkaroni

Zutaten: Hartweizengrieß (79%), Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Speisesalz, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	713 kJ / 170 kcal
Fett	3,7 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	28,5 g
- davon Zucker	1,2 g
Eiweiß	4,7 g
Salz	0,50 g

Bio Tomatensuppe

mit Reiseinlage
20.02.2026

Bio Tomatensuppe

Zutaten: Wasser, BIO-Tomatenmark (35%), BIO-Tomate, BIO-Zwiebel, **BIO-Sahne** (2,5%), BIO-Zucker, **BIO-Weizenmehl**, **BIO-Weizenstärke**, **BIO-Butter**, Speisesalz, BIO-Knoblauch, BIO-Oregano, BIO-Basilikum, BIO-Pfeffer, Verdickungsmittel: Carrageen.

	pro 100g
Brennwert	226 kJ / 54 kcal
Fett	1,4 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	8,2 g
- davon Zucker	6,8 g
Eiweiß	2,1 g
Salz	0,63 g

Bio Reis - Suppeneinlage

Zutaten: Wasser, BIO-Reis (40%), Speisesalz, **BIO-Butter**.

	pro 100g
Brennwert	631 kJ / 151 kcal
Fett	1,3 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	31,0 g
- davon Zucker	0,2 g
Eiweiß	2,8 g
Salz	3,00 g

Glutenkost: Rührei
mit Spinat und Kartoffeln
20.02.2026

Glutenkost Rührei Spinat Kartoffel

Zutaten: Rührei mit Spinat HÜHNEREI (30%), Kartoffeln, Spinat, teilentrahmte MILCH, modifizierte Stärke, Wasser, Rapsöl, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), Zitronensaftkonzentrat, Kräuter, Gewürze..

	pro 100g
Brennwert	397 kJ / 95 kcal
Fett	5,0 g
- <i>davon gesättigt</i>	1,0 g
Kohlenhydrate	7,0 g
- <i>davon Zucker</i>	1,0 g
Eiweiß	5,0 g
Salz	0,78 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.