

Hähnchenbrust

auf Paprikagemüse, dazu Kartoffelpüree

23.02.2026

Hähnchenbrust

Zutaten: Hähnchenbrustfilet (92%), Wasser, Stärke, Speisesalz, Dextrose.

	pro 100g
Brennwert	492 kJ / 117 kcal
Fett	1,9 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	1,4 g
- davon Zucker	0,6 g
Eiweiß	23,0 g
Salz	1,70 g

Bio Möhreneintopf

mit Kartoffelwürfeln

23.02.2026

Bio Kartoffel-Möhren Eintopf

Zutaten: BIO-Karotte (37%), Wasser, BIO-Kartoffeln (26%), BIO-Zwiebel, **BIO-Weizenmehl**, **BIO-Weizenstärke**, Speisesalz, BIO-Zucker, BIO-Petersilie, BIO-Muskatnuss, BIO-Pfeffer.

	pro 100g
Brennwert	173 kJ / 41 kcal
Fett	0,2 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	8,1 g
- davon Zucker	2,2 g
Eiweiß	1,0 g
Salz	0,65 g

Blumenkohl natur

Zutaten: Blumenkohl (52%), Wasser, Speisesalz, Zucker, Muskat, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	48 kJ / 12 kcal
Fett	0,1 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	1,6 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,52 g

Rotkohlsalat

Zutaten: Rotkohl (70%), Zucker, pflanzliches Öl: Raps; Kräuteressig, Wasser, Apfel (Apfel, Antioxidationsmittel: Calciumascorbat), Speisesalz, Zwiebeln, **Senf** (**Senfsaat**, Branntweinessig, Speisesalz, Gewürze), Gewürze, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	432 kJ / 103 kcal
Fett	6,9 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	8,9 g
- davon Zucker	2,9 g
Eiweiß	1,1 g
Salz	0,82 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: Süßkartoffel-Gnocchi-Pfanne
in Gemüse-Sahnesoße, verfeinert mit Kräutern
23.02.2026

Feine Süßkartoffel-Gnocchi in hausgemachter Gemüse-Sahnesauc, 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

Reibekuchen
mit feinem Apfelmus
24.02.2026

Reibekuchen

Zutaten: Kartoffeln (74%), pflanzliches Öl: Raps; **Weizenmehl** (7,0%), Zwiebeln, **Vollei** (2,5%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	702 kJ / 168 kcal
Fett	7,8 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	20,0 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	3,2 g
Salz	1,20 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

Rindergulasch "Ungarische Art"
mit Salzkartoffeln
24.02.2026

Rindergulasch "Ungarische Art"

Zutaten: Wasser, Tomaten, Rindfleisch (22%), Paprika (8,1%), Weizenmehl, Speisesalz, Kartoffelstärke, Gewürze, Knoblauch, Pfeffer, Zucker, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Trennmittel: Natriumcarbonat; Kaliumjodat.

	pro 100g
Brennwert	287 kJ / 69 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	5,9 g
- davon Zucker	4,2 g
Eiweiß	6,7 g
Salz	0,80 g

Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln (99%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	298 kJ / 71 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: Reis-Gemüseeintopf
mit Rindfleisch
24.02.2026

Glutenkost Reis Gemüseeintopf 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
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

Verschiedene Blattsalate

Mit Kichererbsen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und Hausdressing
24.02.2026

Kichererbsen

Zutaten: Kichererbsen (98%), Wasser, Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	501 kJ / 120 kcal
Fett	2,3 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	15,1 g
- davon Zucker	0,5 g
Eiweiß	7,0 g
Salz	0,30 g

Hausdressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps (29%); Zucker, Branntweinessig (2,4%), **Eigelb** (1,9%), Speisesalz, **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarakernmehl; 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

Cocktaildressing, Salatbar klein

Zutaten: Wasser, pflanzliches Öl: Raps; Tomaten (19%), Zucker, Branntweinessig (1,8%), Speisesalz, **Eigelb** (1,2%), **Senfsaat**, Maisstärke, Petersilie, Gewürze, Pfeffer, Verdickungsmittel: Guarakernmehl; 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

Mais

Zutaten: Mais (90%), Wasser, Speisesalz, Säuerungsmittel: Citronensäure.

	pro 100g
Brennwert	384 kJ / 92 kcal
Fett	2,7 g
- davon gesättigt	0,6 g
Kohlenhydrate	11,0 g
- davon Zucker	4,0 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	0,43 g

Hähnchen Cordon Bleu

(gefüllt mit Putenschinken u. Käse) mit roter Currysauce und Kroketten, dazu Blattsalat mit Cocktaildressing
25.02.2026

Geflügel Cordon Bleu

	pro 100g
Brennwert	1.127 kJ / 269 kcal
Fett	17,0 g
- davon gesättigt	3,3 g
Kohlenhydrate	13,0 g
- davon Zucker	0,9 g
Eiweiß	16,0 g
Salz	1,00 g

Kartoffelkroketten*

Zutaten: Kartoffeln (84%), pflanzliches Öl: Sonnenblumen; **Molkenerzeugnis**, Dextrose, Speisesalz, Zwiebelpulver, Gewürze, Emulgator: Mono und Diglyceride von Speisefettsäuren.

	pro 100g
Brennwert	728 kJ / 174 kcal
Fett	5,5 g
- davon gesättigt	0,7 g
Kohlenhydrate	27,0 g
- davon Zucker	1,9 g
Eiweiß	2,5 g
Salz	0,80 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: Guarakernmehl; 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

Verschiedene Blattsalate

Mit Kichererbsen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und Hausdressing
24.02.2026

Blattsalat

Zutaten: Endiviensalat, Chinakohl, Radicchio.

	pro 100g
Brennwert	74 kJ / 18 kcal
Fett	0,4 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	1,3 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	1,6 g
Salz	0,09 g

Hähnchen Cordon Bleu

(gefüllt mit Putenschinken u. Käse) mit roter Currysauce und Kroketten, dazu Blattsalat mit Cocktaildressing
25.02.2026

Currysauce

Zutaten: Tomaten (42%), Wasser, Zwiebeln, Äpfel (3,6%), Karotten, Porree, Speisesalz, Zucker, **Weizenmehl, Senfsaat**, Kartoffelstärke, Glukose-Fruktose-Sirup, Currypulver (**enthält Senf**), Branntweinessig, Knoblauch, Paprikapulver geräuchert, Gewürze, Pfeffer, Wachholderbeeren, Lorbeerblätter, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Säuerungsmittel: Citronensäure; Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	205 kJ / 49 kcal
Fett	0,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	7,6 g
- davon Zucker	6,7 g
Eiweiß	2,2 g
Salz	0,64 g

Kartoffeln

Zutaten: Kartoffeln (99%), Speisesalz.

	pro 100g
Brennwert	298 kJ / 71 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

Spirelli

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

	pro 100g
Brennwert	734 kJ / 175 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

Putenhackbraten

in dunkler Sauce, dazu Blumenkohl natur und Spirelli
25.02.2026

Puten-Hackbraten

Zutaten: Geflügel (72%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)) , **Ei**, **Weizenmehl**, Zwiebeln, Speisesalz, Pfeffer, Hefe, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	624 kJ / 149 kcal
Fett	6,8 g
- davon gesättigt	0,5 g
Kohlenhydrate	6,2 g
- davon Zucker	0,7 g
Eiweiß	15,4 g
Salz	1,58 g

Spirelli

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

	pro 100g
Brennwert	734 kJ / 175 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

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

Karottenscheiben natur

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

	pro 100g
Brennwert	116 kJ / 28 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	6,1 g
- davon Zucker	5,8 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,96 g

Glutenkost: Kartoffeltasche

mit Frischkäse-Kräuterfüllung, dazu Rahmgemüse
25.02.2026

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
- davon gesättigt	2,0 g
Kohlenhydrate	10,0 g
- davon Zucker	3,0 g
Eiweiß	2,0 g
Salz	1,05 g

Geflügelbolognesesauce
mit Vollkornspirelli und Gurken-Möhrensalat
26.02.2026

Geflügel-Bolognese

Zutaten: Tomaten (55%), Wasser, Geflügel (13%) (Geflügelfleisch (Pute, Huhn)), Zwiebeln, Speisesalz, Gewürze, Zucker, **Weizenmehl**, Oregano, Kartoffelstärke, Basilikum, Knoblauch, Thymian, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	306 kJ / 73 kcal
Fett	1,5 g
- davon gesättigt	0,1 g
Kohlenhydrate	8,0 g
- davon Zucker	7,5 g
Eiweiß	5,1 g
Salz	0,47 g

Vollkorn Spirelli

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

	pro 100g
Brennwert	738 kJ / 176 kcal
Fett	4,5 g
- davon gesättigt	0,4 g
Kohlenhydrate	27,1 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	5,2 g
Salz	0,50 g

Gurken-Möhrensalat

Zutaten: Gurke (77%), Karotten (10%), pflanzliches Öl: Raps; **Senf** (**Senfsaat**, Branntweinessig, Speisesalz, Gewürze), Kräuteressig, Speisesalz, Zucker, Gewürze, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	507 kJ / 121 kcal
Fett	11,0 g
- davon gesättigt	1,1 g
Kohlenhydrate	4,1 g
- davon Zucker	4,0 g
Eiweiß	0,7 g
Salz	1,10 g

Tomatencremesuppe
dazu Ravioli mit Tomatenfüllung
26.02.2026

Tomatencremesuppe

Zutaten: Wasser, Tomaten (19%), Pfeffer, Oregano, Basilikum, pflanzliches Öl: Raps; Knoblauch, Zwiebeln, **Sahne** (1,4%), Zucker, **Weizenmehl**, Speisesalz, Kartoffelstärke, Gewürze, Dextrose, Stabilisator: Carrageen; Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	810 kJ / 194 kcal
Fett	8,0 g
- davon gesättigt	1,2 g
Kohlenhydrate	21,4 g
- davon Zucker	16,2 g
Eiweiß	5,7 g
Salz	0,28 g

Ravioli - Suppeneinlage

Zutaten: Wasser, **Hartweizengrieß** (23%), Trinkwasser, Tomatenmark (4,4%), Kartoffelflocken, pflanzliches Öl: Raps; **Paniermehl**, Speisesalz, Zwiebeln, Karotten, Knoblauch, Gewürze, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	458 kJ / 109 kcal
Fett	1,0 g
- davon gesättigt	0,3 g
Kohlenhydrate	20,7 g
- davon Zucker	1,2 g
Eiweiß	3,0 g
Salz	0,80 g

Glutenkost: Hühnerfrikassee
mit Spargel, Karotten & Erbsen, dazu Salzkartoffeln
26.02.2026

**Hühnerfrikasse mit Spargel, Karotten und Erbsen, dazu
Salzkartoffeln**

Zutaten: Karotten, Wasser, Reis gegart (Wasser, Langkornreis), Huhnfileisch (13%), teilentrahmte MILCH, Rapsöl, modifizierte Stärke, Reismehl, Apfelsaftkonzentrat, jodiertes Speisesalz (Speisesalz, Kaliumjodat), HÜHNEREIGELBPULVER, Geflügeextrakt, Petersilie, Hühnerfett, Pastinakenpulver, Gewürze, Dextrose, Zucker, Zwiebeln, Kräuter, Karottenkonzentrat..

	pro 100g
Brennwert	337 kJ / 81 kcal
Fett	2,0 g
- davon gesättigt	0,8 g
Kohlenhydrate	9,0 g
- davon Zucker	1,0 g
Eiweiß	6,0 g
Salz	0,82 g

Naturjoghurt 3,5%

26.02.2026

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%

26.02.2026

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

Naturjoghurt 3,5%

26.02.2026

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.

Lachs-Brokkoli-Vollkornnu delaufauflauf

mit jungem Gouda überbacken, dazu Blattsalat mit Joghurtdressing
27.02.2026

Vollkornnu delaufauflauf mit Brokkoli, Lachs

Zutaten: Wasser, Brokkoli (20%), **Vollkornhartweizengrieß**, **Wildlachs** (8,0%), **Milch, Sahne, Käse** (1,7%), **Weizenmehl**, Speisesalz, Kartoffelstärke, **Butter**, Starterkulturen, mikrobielles Lab, Muskat, **Süßmolkenpulver**, Dextrose, pflanzliches Öl: Raps; Stabilisator: Carrageen; Schmelzsalze: Natriumpolyphosphat, Mononatriumphosphat; Farbstoff: Beta-Carotin; natürliches Aroma, Kaliumiodat.

	pro 100g
Brennwert	433 kJ / 104 kcal
Fett	4,3 g
- davon gesättigt	2,5 g
Kohlenhydrate	9,9 g
- davon Zucker	0,8 g
Eiweiß	5,5 g
Salz	0,78 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; Brannweinessig (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

Bio Pfannkuchen

mit feinem Apfelmus

27.02.2026

Bio Pfannkuchen*

Zutaten: Wasser, **BIO-Weizenmehl** (39%), BIO-Rapsöl, **BIO-Vollmilchpulver** (4,5%), **BIO-Volleipulver** (4,0%), Speisesalz, Säuerungsmittel: Citronensäure; Backtriebmittel: Natriumcarbonat.

pro 100g

Brennwert	810 kJ / 194 kcal
Fett	8,4 g
- davon gesättigt	1,4 g
Kohlenhydrate	23,0 g
- davon Zucker	1,3 g
Eiweiß	5,8 g
Salz	0,60 g

Bio Apfelmus

Zutaten: BIO-Apfel (100%), Antioxidationsmittel: Ascorbinsäure.

pro 100g

Brennwert	228 kJ / 54 kcal
Fett	0,0 g
- davon gesättigt	0,0 g
Kohlenhydrate	12,8 g
- davon Zucker	12,3 g
Eiweiß	0,6 g
Salz	0,01 g

Glutenkost: Rührei
mit Spinat und Kartoffeln
27.02.2026

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
- davon gesättigt	1,0 g
Kohlenhydrate	7,0 g
- davon Zucker	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.