

# Menüplan

Nährwerte je 100g

Name der Schule



| KW 48                           | Montag<br>24.11.2025                                                                                                                      | Dienstag<br>25.11.2025                                                                                                                                                | Mittwoch<br>26.11.2025                                                                                                                          | Donnerstag<br>27.11.2025                                                                                                                                   | Freitag<br>28.11.2025                                                                                                                              |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>0<br/>Hauptkomponente M1</b> | gebratene Spätzle<br>EW: 0,0   Fett: 4,6   gesFS: 0,4   KH: 0,1   KS: 0,2   Kcal/KJ: 160/668<br><input type="checkbox"/>                  | Roter Kichererbseneintopf <sup>L</sup><br>EW: 3,7   Fett: 2,2   gesFS: 0,3   KH: 9,4   KS: 0,2   Kcal/KJ: 78/326<br><input type="checkbox"/>                          | Hähnchen Nuggets <sup>A,A1,8</sup><br>EW: 10,9   Fett: 10,9   gesFS: 2,0   KH: 12,7   KS: 1,0   Kcal/KJ: 192/803<br><input type="checkbox"/>    | gebratene Reispfanne asiatisch <sup>A,A1,C,F</sup><br>EW: 3,0   Fett: 1,7   gesFS: 0,3   KH: 19,1   KS: 1,0   Kcal/KJ: 105/437<br><input type="checkbox"/> | gebratenes Wildlachsfilet <sup>A,A1,D</sup><br>EW: 14,9   Fett: 2,1   gesFS: 0,6   KH: 3,9   KS: 0,2   Kcal/KJ: 89/373<br><input type="checkbox"/> |
| <b>Sauce M1</b>                 | Paprikasauce Hell <sup>G,1</sup><br>EW: 2,0   Fett: 3,4   gesFS: 1,5   KH: 4,9   KS: 0,7   Kcal/KJ: 59/246<br><input type="checkbox"/>    | Roggen-Vollkornbrot <sup>A,A1,A2,A3,A4</sup><br>EW: 7,7   Fett: 4,9   gesFS: 0,8   KH: 38,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 241/1008<br><input type="checkbox"/>                 | Tomaten Ketchup<br>EW: 1,0   Fett: 0,1   gesFS: 0,1   KH: 16,8   KS: 2,7   Kcal/KJ: 78/326<br><input type="checkbox"/>                          | Süßsauer-Sauce<br>EW: 0,6   Fett: 0,2   gesFS: 0,2   KH: 10,9   KS: 1,7   Kcal/KJ: 51/214<br><input type="checkbox"/>                                      | helle Gemüsesauce <sup>G,L,1</sup><br>EW: 2,2   Fett: 2,2   gesFS: 1,1   KH: 5,1   KS: 0,8   Kcal/KJ: 50/207<br><input type="checkbox"/>           |
| <b>Beilage M1</b>               | gebratene Spätzle<br>EW: 0,0   Fett: 4,6   gesFS: 0,4   KH: 0,1   KS: 0,2   Kcal/KJ: 160/668<br><input type="checkbox"/>                  | Fladenbrot <sup>A,A1,N</sup><br>EW: 7,8   Fett: 1,1   gesFS: 0,3   KH: 46,3   KS: 0,7   Kcal/KJ: 229/959<br><input type="checkbox"/>                                  | Wedges (Kartoffelecken) <sup>A,A1</sup><br>EW: 2,5   Fett: 6,1   gesFS: 0,7   KH: 20,0   KS: 0,8   Kcal/KJ: 150/628<br><input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                   | Vollkornreis gekocht<br>EW: 3,1   Fett: 0,9   gesFS: 0,2   KH: 29,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 141/589<br><input type="checkbox"/>                       |
| <b>Gemüse Beilage M1</b>        | Maisgemüse <sup>1</sup><br>EW: 2,0   Fett: 2,1   gesFS: 0,8   KH: 9,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 69/289<br><input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                              | Krautsalat <sup>3</sup><br>EW: 1,2   Fett: 1,9   gesFS: 0,1   KH: 6,9   KS: 1,6   Kcal/KJ: 55/228<br><input type="checkbox"/>                   | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                   | grüner Bohnensalat <sup>M</sup><br>EW: 2,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,1   KH: 7,1   KS: 0,7   Kcal/KJ: 40/167<br><input type="checkbox"/>              |
| <b>0<br/>Hauptkomponente M2</b> | Linsenbällchen <sup>A,A1,A4</sup><br>EW: 5,8   Fett: 6,2   gesFS: 0,7   KH: 22,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 176/736<br><input type="checkbox"/> | Kartoffeltaschen mit Brokkoli-Frischkäsefüllung <sup>G</sup><br>EW: 3,0   Fett: 10,0   gesFS: 3,5   KH: 19,0   KS: 1,5   Kcal/KJ: 182/761<br><input type="checkbox"/> | Gemüsenugets <sup>A,A1,A3,C,G,L</sup><br>EW: 4,8   Fett: 11,0   gesFS: 2,4   KH: 25,0   KS: 1,3   Kcal/KJ: 221/925<br><input type="checkbox"/>  | Tortellinauflauf (hell) <sup>G,1</sup><br>EW: 3,9   Fett: 4,8   gesFS: 3,1   KH: 3,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 74/309<br><input type="checkbox"/>               | Gemüseragout in heller Sauce <sup>G,1</sup><br>EW: 2,2   Fett: 2,0   gesFS: 1,0   KH: 5,7   KS: 0,7   Kcal/KJ: 51/214<br><input type="checkbox"/>  |
| <b>Sauce M2</b>                 | Gelber Curry-Dip <sup>G</sup><br>EW: 5,3   Fett: 23,8   gesFS: 16,2   KH: 2,3   KS: 0,4   Kcal/KJ: 245/1023<br><input type="checkbox"/>   | Paprika-Dip <sup>G</sup><br>EW: 6,1   Fett: 5,7   gesFS: 3,4   KH: 3,7   KS: 0,4   Kcal/KJ: 95/398<br><input type="checkbox"/>                                        | Tomaten Ketchup<br>EW: 1,0   Fett: 0,1   gesFS: 0,1   KH: 16,8   KS: 2,7   Kcal/KJ: 78/326<br><input type="checkbox"/>                          | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                   | <input type="checkbox"/>                                                                                                                           |

# Menüplan

Nährwerte je 100g

| KW 48                           | Montag<br>24.11.2025                                                                                                                                           | Dienstag<br>25.11.2025                                                                                                                          | Mittwoch<br>26.11.2025                                                                                                                           | Donnerstag<br>27.11.2025                                                                                                                       | Freitag<br>28.11.2025                                                                                                                          |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Beilage M2</b>               | Reis gekocht<br>EW: 2,4   Fett: 0,3   gesFS: 0,1   KH:<br>26,5   KS: 1,0   Kcal/KJ: 119/498<br><input type="checkbox"/>                                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                        | Wedges (Kartoffelecken)<br>A,A1,<br>EW: 2,5   Fett: 6,1   gesFS: 0,7   KH:<br>20,0   KS: 0,8   Kcal/KJ: 150/628<br><input type="checkbox"/>      | <input type="checkbox"/>                                                                                                                       | Vollkornreis gekocht<br>EW: 3,1   Fett: 0,9   gesFS: 0,2   KH:<br>29,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 141/589<br><input type="checkbox"/>                |
| <b>Gemüse<br/>Beilage M2</b>    | Rotkohlsalat (frisch) <sup>O,3,</sup><br>EW: 0,1   Fett: 9,2   gesFS: 0,7   KH:<br>8,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 119/498<br><input type="checkbox"/>                | Gurkensalat in Öl Essig<br>Dressing<br>EW: 0,7   Fett: 3,9   gesFS: 0,3   KH:<br>3,1   KS: 0,3   Kcal/KJ: 50/211<br><input type="checkbox"/>    | Krautsalat <sup>3,</sup><br>EW: 1,2   Fett: 1,9   gesFS: 0,1   KH:<br>6,9   KS: 1,6   Kcal/KJ: 55/228<br><input type="checkbox"/>                | Blattsalat<br>EW: 1,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,0   KH:<br>1,6   KS: 0,0   Kcal/KJ: 13/54<br><input type="checkbox"/>                             | <input type="checkbox"/>                                                                                                                       |
| <b>0 Pasta<br/>(Pastabar)</b>   | Bio Penne gekocht (DE-<br>ÖKO-006) <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,1   Fett: 0,6   gesFS: 0,2   KH:<br>36,1   KS: 1,0   Kcal/KJ: 178/746<br><input type="checkbox"/> | Maccaroni gekocht <sup>A,A1,C,</sup><br>EW: 6,5   Fett: 2,2   gesFS: 0,5   KH:<br>35,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 189/790<br><input type="checkbox"/> | grüne Bandnudeln <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 1,5   gesFS: 0,2   KH:<br>36,0   KS: 0,1   Kcal/KJ: 185/772<br><input type="checkbox"/>     | Farfalle gekocht <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 1,5   gesFS: 0,2   KH:<br>35,5   KS: 1,0   Kcal/KJ: 183/767<br><input type="checkbox"/>   | Vollkorn Spaghetti <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 2,0   gesFS: 0,2   KH:<br>27,3   KS: 0,5   Kcal/KJ: 154/643<br><input type="checkbox"/> |
| <b>Sauce<br/>(Pastabar)</b>     | Käsesauce <sup>G,1,</sup><br>EW: 3,5   Fett: 7,1   gesFS: 4,4   KH:<br>4,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 94/394<br><input type="checkbox"/>                             | Kräutersauce hell <sup>G,1,</sup><br>EW: 1,9   Fett: 3,2   gesFS: 1,6   KH:<br>4,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 55/231<br><input type="checkbox"/>      | Tomaten-Basilikumsauce<br><sup>L,</sup><br>EW: 0,9   Fett: 1,6   gesFS: 0,3   KH:<br>3,8   KS: 0,6   Kcal/KJ: 35/146<br><input type="checkbox"/> | Petersiliensauce hell <sup>G,1,</sup><br>EW: 1,9   Fett: 3,2   gesFS: 1,6   KH:<br>4,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 55/231<br><input type="checkbox"/> | Linsen Ragout <sup>L,</sup><br>EW: 3,8   Fett: 3,5   gesFS: 0,6   KH:<br>8,4   KS: 0,3   Kcal/KJ: 84/352<br><input type="checkbox"/>           |
| <b>Käse<br/>(Pastabar)</b>      | Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7  <br>KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br><input type="checkbox"/>                       | Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7  <br>KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br><input type="checkbox"/>        | Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7  <br>KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br><input type="checkbox"/>         | Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7  <br>KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br><input type="checkbox"/>       | Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7  <br>KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br><input type="checkbox"/>       |
| <b>Beilagen/Blatt<br/>salat</b> | Rotkohlsalat (frisch) <sup>O,3,</sup><br>EW: 0,1   Fett: 9,2   gesFS: 0,7   KH:<br>8,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 119/498<br><input type="checkbox"/>                | Gurkensalat in Öl Essig<br>Dressing<br>EW: 0,7   Fett: 3,9   gesFS: 0,3   KH:<br>3,1   KS: 0,3   Kcal/KJ: 50/211<br><input type="checkbox"/>    | Krautsalat <sup>3,</sup><br>EW: 1,2   Fett: 1,9   gesFS: 0,1   KH:<br>6,9   KS: 1,6   Kcal/KJ: 55/228<br><input type="checkbox"/>                | Blattsalat<br>EW: 1,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,0   KH:<br>1,6   KS: 0,0   Kcal/KJ: 13/54<br><input type="checkbox"/>                             | grüner Bohnensalat <sup>M,</sup><br>EW: 2,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,1   KH:<br>7,1   KS: 0,7   Kcal/KJ: 40/167<br><input type="checkbox"/>      |

# Menüplan

Nährwerte je 100g

| KW 48                             | Montag<br>24.11.2025                                                                                                                                           | Dienstag<br>25.11.2025                                                                                                                          | Mittwoch<br>26.11.2025                                                                                                                       | Donnerstag<br>27.11.2025                                                                                                                              | Freitag<br>28.11.2025                                                                                                                          |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dressing 1                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/>                                                                                                                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                     | Salatsauce American<br><i>A,A1,C,M,1,</i><br>EW: 0,5   Fett: 30,1   gesFS: 2,3   KH:<br>5,8   KS: 1,4   Kcal/KJ: 298/1248<br><input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/>                                                                                                                       |
| Dressing 2                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/>                                                                                                                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                     | Salatsauce Italian (klar) <sup>M,</sup><br>EW: 0,2   Fett: 10,5   gesFS: 0,8   KH:<br>9,5   KS: 2,2   Kcal/KJ: 135/564<br><input type="checkbox"/>    | <input type="checkbox"/>                                                                                                                       |
| Dressing 3                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/>                                                                                                                        | <input type="checkbox"/>                                                                                                                     | Salatsauce Joghurt <sup>G,</sup><br>EW: 2,8   Fett: 3,0   gesFS: 1,9   KH:<br>8,2   KS: 1,6   Kcal/KJ: 71/298<br><input type="checkbox"/>             | <input type="checkbox"/>                                                                                                                       |
| Dessert 1                         | Apfel<br>EW: 0,3   Fett: 0,0   gesFS: 0,0   KH:<br>14,4   KS: 0,0   Kcal/KJ: 61/255<br><input type="checkbox"/>                                                | Clementine<br>EW: 0,3   Fett: 0,0   gesFS: 0,0   KH:<br>14,4   KS: 0,0   Kcal/KJ: 61/255<br><input type="checkbox"/>                            | Banane<br>EW: 1,2   Fett: 0,2   gesFS: 0,1   KH:<br>20,0   KS: 0,0   Kcal/KJ: 90/377<br><input type="checkbox"/>                             | Karamell Pudding<br>gekocht <sup>G,</sup><br>EW: 3,0   Fett: 1,4   gesFS: 0,8   KH:<br>10,6   KS: 0,1   Kcal/KJ: 66/277<br><input type="checkbox"/>   | Trauben<br>EW: 1,2   Fett: 0,5   gesFS: 0,1   KH:<br>27,4   KS: 0,0   Kcal/KJ: 126/527<br><input type="checkbox"/>                             |
| 1<br>Zusatzbestell<br>ung Beilage | Bio Penne gekocht (DE-<br>ÖKO-006) <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,1   Fett: 0,6   gesFS: 0,2   KH:<br>36,1   KS: 1,0   Kcal/KJ: 178/746<br><input type="checkbox"/> | Maccaroni gekocht <sup>A,A1,C,</sup><br>EW: 6,5   Fett: 2,2   gesFS: 0,5   KH:<br>35,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 189/790<br><input type="checkbox"/> | grüne Bandnudeln <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 1,5   gesFS: 0,2   KH:<br>36,0   KS: 0,1   Kcal/KJ: 185/772<br><input type="checkbox"/> | Farfalle gekocht <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 1,5   gesFS: 0,2   KH:<br>35,5   KS: 1,0   Kcal/KJ: 183/767<br><input type="checkbox"/>          | Vollkorn Spaghetti <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 2,0   gesFS: 0,2   KH:<br>27,3   KS: 0,5   Kcal/KJ: 154/643<br><input type="checkbox"/> |

# Menüplan

Nährwerte je 100g

| KW 48             | Montag<br>24.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dienstag<br>25.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mittwoch<br>26.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Donnerstag<br>27.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Freitag<br>28.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rückstellprobe M1 | gebratene Spätzle<br>EW: 0,0   Fett: 4,6   gesFS: 0,4   KH: 0,1   KS: 0,2   Kcal/KJ: 160/668<br>Paprikasauce Hell <sup>G,1</sup><br>EW: 2,0   Fett: 3,4   gesFS: 1,5   KH: 4,9   KS: 0,7   Kcal/KJ: 59/246<br>Maisgemüse <sup>1</sup><br>EW: 2,0   Fett: 2,1   gesFS: 0,8   KH: 9,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 69/289                                                                                                                             | Roter Kichererbseneintopf <sup>L</sup><br>EW: 3,7   Fett: 2,2   gesFS: 0,3   KH: 9,4   KS: 0,2   Kcal/KJ: 78/326<br>Roggen-Vollkornbrot <sup>A,A1,A2,A3,A4</sup><br>EW: 7,7   Fett: 4,9   gesFS: 0,8   KH: 38,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 241/1008                                                                                                                 | Hähnchen Nuggets <sup>A,A1,8</sup><br>EW: 10,9   Fett: 10,9   gesFS: 2,0   KH: 12,7   KS: 1,0   Kcal/KJ: 192/803<br>Tomaten Ketchup<br>EW: 1,0   Fett: 0,1   gesFS: 0,1   KH: 16,8   KS: 2,7   Kcal/KJ: 78/326<br>Wedges (Kartoffelecken) <sup>A,A1</sup><br>EW: 2,5   Fett: 6,1   gesFS: 0,7   KH: 20,0   KS: 0,8   Kcal/KJ: 150/628<br>Krautsalat <sup>3</sup><br>EW: 1,2   Fett: 1,9   gesFS: 0,1   KH: 6,9   KS: 1,6   Kcal/KJ: 55/228    | gebratene Reispfanne asiatisch <sup>A,A1,C,F</sup><br>EW: 3,0   Fett: 1,7   gesFS: 0,3   KH: 19,1   KS: 1,0   Kcal/KJ: 105/437<br>Süßsauer-Sauce<br>EW: 0,6   Fett: 0,2   gesFS: 0,2   KH: 10,9   KS: 1,7   Kcal/KJ: 51/214                                                                                           | gebratenes Wildlachsfilet <sup>A,A1,D</sup><br>EW: 14,9   Fett: 2,1   gesFS: 0,6   KH: 3,9   KS: 0,2   Kcal/KJ: 89/373<br>helle Gemüsesauce <sup>G,L,1</sup><br>EW: 2,2   Fett: 2,2   gesFS: 1,1   KH: 5,1   KS: 0,8   Kcal/KJ: 50/207<br>Vollkornreis gekocht<br>EW: 3,1   Fett: 0,9   gesFS: 0,2   KH: 29,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 141/589<br>grüner Bohnensalat <sup>M</sup><br>EW: 2,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,1   KH: 7,1   KS: 0,7   Kcal/KJ: 40/167 |
|                   | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Rückstellprobe M2 | Linsenbällchen <sup>A,A1,A4</sup><br>EW: 5,8   Fett: 6,2   gesFS: 0,7   KH: 22,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 176/736<br>Gelber Curry-Dip <sup>G</sup><br>EW: 5,3   Fett: 23,8   gesFS: 16,2   KH: 2,3   KS: 0,4   Kcal/KJ: 245/1023<br>Reis gekocht<br>EW: 2,4   Fett: 0,3   gesFS: 0,1   KH: 26,5   KS: 1,0   Kcal/KJ: 119/498<br>Rotkohlsalat (frisch) <sup>O,3</sup><br>EW: 0,1   Fett: 9,2   gesFS: 0,7   KH: 8,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 119/498 | Kartoffeltaschen mit Brokkoli-Frischkäsefüllung <sup>G</sup><br>EW: 3,0   Fett: 10,0   gesFS: 3,5   KH: 19,0   KS: 1,5   Kcal/KJ: 182/761<br>Paprika-Dip <sup>G</sup><br>EW: 6,1   Fett: 5,7   gesFS: 3,4   KH: 3,7   KS: 0,4   Kcal/KJ: 95/398<br>Gurkensalat in Öl Essig Dressing<br>EW: 0,7   Fett: 3,9   gesFS: 0,3   KH: 3,1   KS: 0,3   Kcal/KJ: 50/211 | Gemüsenuggets <sup>A,A1,A3,C,G,L</sup><br>EW: 4,8   Fett: 11,0   gesFS: 2,4   KH: 25,0   KS: 1,3   Kcal/KJ: 221/925<br>Tomaten Ketchup<br>EW: 1,0   Fett: 0,1   gesFS: 0,1   KH: 16,8   KS: 2,7   Kcal/KJ: 78/326<br>Wedges (Kartoffelecken) <sup>A,A1</sup><br>EW: 2,5   Fett: 6,1   gesFS: 0,7   KH: 20,0   KS: 0,8   Kcal/KJ: 150/628<br>Krautsalat <sup>3</sup><br>EW: 1,2   Fett: 1,9   gesFS: 0,1   KH: 6,9   KS: 1,6   Kcal/KJ: 55/228 | Tortelliniauflauf (hell) <sup>G,1</sup><br>EW: 3,9   Fett: 4,8   gesFS: 3,1   KH: 3,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 74/309<br>Blattsalat<br>EW: 1,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,0   KH: 1,6   KS: 0,0   Kcal/KJ: 13/54<br>Salatsauce Joghurt <sup>G</sup><br>EW: 2,8   Fett: 3,0   gesFS: 1,9   KH: 8,2   KS: 1,6   Kcal/KJ: 71/298 | Gemüseragout in heller Sauce <sup>G,1</sup><br>EW: 2,2   Fett: 2,0   gesFS: 1,0   KH: 5,7   KS: 0,7   Kcal/KJ: 51/214<br>Vollkornreis gekocht<br>EW: 3,1   Fett: 0,9   gesFS: 0,2   KH: 29,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 141/589                                                                                                                                                                                                                               |
|                   | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| KW 48                       | Montag<br>24.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Dienstag<br>25.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Mittwoch<br>26.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Donnerstag<br>27.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Freitag<br>28.11.2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rückstellprob<br>e Pastabar | Bio Penne gekocht (DE-ÖKO-006) <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,1   Fett: 0,6   gesFS: 0,2   KH: 36,1   KS: 1,0   Kcal/KJ: 178/746<br>Käsesauce <sup>G,1,</sup><br>EW: 3,5   Fett: 7,1   gesFS: 4,4   KH: 4,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 94/394<br>Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7   KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br>Rotkohlsalat (frisch) <sup>O,3,</sup><br>EW: 0,1   Fett: 9,2   gesFS: 0,7   KH: 8,7   KS: 0,5   Kcal/KJ: 119/498 | Maccaroni gekocht <sup>A,A1,C,</sup><br>EW: 6,5   Fett: 2,2   gesFS: 0,5   KH: 35,0   KS: 1,0   Kcal/KJ: 189/790<br>Kräutersauce hell <sup>G,1,</sup><br>EW: 1,9   Fett: 3,2   gesFS: 1,6   KH: 4,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 55/231<br>Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7   KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br>Gurkensalat in Öl Essig Dressing<br>EW: 0,7   Fett: 3,9   gesFS: 0,3   KH: 3,1   KS: 0,3   Kcal/KJ: 50/211 | grüne Bandnudeln <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 1,5   gesFS: 0,2   KH: 36,0   KS: 0,1   Kcal/KJ: 185/772<br>Tomaten-Basilikumsauce <sup>L,</sup><br>EW: 0,9   Fett: 1,6   gesFS: 0,3   KH: 3,8   KS: 0,6   Kcal/KJ: 35/146<br>Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7   KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br>Krautsalat <sup>3,</sup><br>EW: 1,2   Fett: 1,9   gesFS: 0,1   KH: 6,9   KS: 1,6   Kcal/KJ: 55/228 | Farfalle gekocht <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 1,5   gesFS: 0,2   KH: 35,5   KS: 1,0   Kcal/KJ: 183/767<br>Petersiliensauce hell <sup>G,1,</sup><br>EW: 1,9   Fett: 3,2   gesFS: 1,6   KH: 4,6   KS: 1,0   Kcal/KJ: 55/231<br>Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7   KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br>Blattsalat<br>EW: 1,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,0   KH: 1,6   KS: 0,0   Kcal/KJ: 13/54<br>Salatsauce Joghurt <sup>G,</sup><br>EW: 2,8   Fett: 3,0   gesFS: 1,9   KH: 8,2   KS: 1,6   Kcal/KJ: 71/298 | Vollkorn Spaghetti <sup>A,A1,</sup><br>EW: 6,0   Fett: 2,0   gesFS: 0,2   KH: 27,3   KS: 0,5   Kcal/KJ: 154/643<br>Linsen Ragout <sup>L,</sup><br>EW: 3,8   Fett: 3,5   gesFS: 0,6   KH: 8,4   KS: 0,3   Kcal/KJ: 84/352<br>Parmesan <sup>G,1,2,</sup><br>EW: 35,6   Fett: 25,8   gesFS: 16,7   KH: 0,1   KS: 1,6   Kcal/KJ: 374/1565<br>grüner Bohnensalat <sup>M,</sup><br>EW: 2,0   Fett: 0,2   gesFS: 0,1   KH: 7,1   KS: 0,7   Kcal/KJ: 40/167 |
| Rückstellprob<br>e Dessert  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Karamell Pudding gekocht <sup>G,</sup><br>EW: 3,0   Fett: 1,4   gesFS: 0,8   KH: 10,6   KS: 0,1   Kcal/KJ: 66/277                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

# Menüplan

Nährwerte je 100g

## Allergene

A - Gluten  
A1 - Weizen  
A2 - Roggen  
A3 - Gerste  
A4 - Hafer  
A5- Dinkel  
A6 - Kamut  
H - Nuss  
H1 - Haselnuss  
H2 - Mandel  
H3 - Walnuss  
H4 - Paranuss  
H5 - Pecannuss  
H6 - Pistazie  
H7 - Cashew-Kern  
H8 - Macadamianuss  
H9 - Queensland-Nuss  
B - Krebstiere  
C - Eier  
D - Fische  
E - Erdnüsse  
F -Sojabohnen  
G - Milch  
L - Sellerie  
M - Senf  
N - Sesam  
O - Schwefel  
P - Lupine  
B - Weichtiere

## Eigenschaften



Vegetarisch



Qualitätsstandard nach DGE

## Deklarierte Stoffe:

1 - mit Farbstoff  
2 - mit Konservierungsstoff  
3 - mit Antioxidationsmittel  
4 - mit Geschmacksverstärker  
5 - geschwefelt  
6 - geschwärzt  
7 - gewachst  
8 - mit Phosphat  
9 - mit Süßungsmitteln  
10 - Phenylalaninquelle  
11 - kann abführend wirken