

Speisekarte



KW 11
Montag

10.03.2025
Dienstag bis

14.03.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menülinie 1

<p>Bio-Tomatensuppe mit Bio-Basmatireis, dazu Bio-Körnerbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kJ 531 / kcal 127 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 14,1 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,95 g / BE 1,2</p>	<p>Bio-Hackfleischragout vom Rind mit Bio-Brokkoli und Bio-Knöpfe</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier, Senf</p> <p> </p> <p>kJ 531 / kcal 127 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 14,1 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,95 g / BE 1,2</p>	<p>Pizza mit Geflügelsalami und Käse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>2,3 </p> <p>kJ 809 / kcal 193 / Fett 5,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 25,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 10,3 g / Salz 1,40 g / BE 2,1</p>	<p>Bio-Milchreis mit Bio-Apfelmus, vorweg Bio-Erbsenrahmsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 435 / kcal 104 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g / KH 14,9 g, davon Zucker 8,5 g / Eiweiß 2,4 g / Salz 0,36 g / BE 1,2</p>	<p>Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 744 / kcal 178 / Fett 8,7 g, davon ges. Fettsäuren 4,9 g / KH 18,3 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,99 g / BE 1,5</p>
--	--	--	--	--

Menülinie 2

<p>Rindfleischgeschnetzeltes in Rahmsauce mit Möhren und Langkornreis</p> <p>Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>kJ 516 / kcal 123 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 15,2 g, davon Zucker 4,0 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 2,33 g / BE 1,3</p>	<p>Bratwurst auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 517 / kcal 124 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 22,1 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,05 g / BE 1,8</p>	<p>Karotten-Kohlrabi-Kartoffelgratin und Blattsalat mit Joghurdressing</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>1, 3</p> <p>kJ 261 / kcal 62 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 8,2 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 2,1 g / Salz 0,87 g / BE 0,7</p>	<p>Hähnchen-Döner mit Fladenbrot, Tomate, Gurke, Salat und Joghurtsauce</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Sesamsamen</p> <p>3 </p> <p>kJ 772 / kcal 184 / Fett 4,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 26,0 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 8,9 g / Salz 1,25 g / BE 2,2</p>	<p>Seelachsragout in Senf-Paprikasauce mit Erbsen und Kartoffeln</p> <p>Fisch, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p>kJ 353 / kcal 84 / Fett 0,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,15 g / BE 1,2</p>
---	---	---	--	--

Menülinie 3

<p>Bio-Tomatensuppe mit Bio-Basmatireis, dazu Bio-Körnerbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste, Hafer), Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kJ 531 / kcal 127 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 14,1 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 0,95 g / BE 1,2</p>	<p>Bratwurst auf Milchbasis mit vegetarischer Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf</p> <p>3</p> <p>kJ 517 / kcal 124 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 22,1 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,05 g / BE 1,8</p>	<p>Karotten-Kohlrabi-Kartoffelgratin und Blattsalat mit Joghurdressing</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>1, 3</p> <p>kJ 261 / kcal 62 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 8,2 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 2,1 g / Salz 0,87 g / BE 0,7</p>	<p>Bio-Milchreis mit Bio-Apfelmus, vorweg Bio-Erbsenrahmsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 435 / kcal 104 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,5 g / KH 14,9 g, davon Zucker 8,5 g / Eiweiß 2,4 g / Salz 0,36 g / BE 1,2</p>	<p>Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 744 / kcal 178 / Fett 8,7 g, davon ges. Fettsäuren 4,9 g / KH 18,3 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 6,6 g / Salz 0,99 g / BE 1,5</p>
---	---	---	--	--

Gluten-, Lactosefrei

<p>Rindergeflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi</p> <p>Eier, Senf</p> <p>1</p> <p>kJ 687 / kcal 164 / Fett 7,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g / KH 18,7 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,10 g / BE 1,6</p>	<p>Rinderhaschee mit Karotten-Erbsen-Gemüse und Reis</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>kJ 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,4</p>	<p>Maisgrießbrei mit Kirschrageout</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kJ 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes mit buntem Paprikareis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kJ 780 / kcal 186 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 28,6 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 9,4 g / Salz 0,86 g / BE 2,4</p>	<p>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</p> <p>kJ 230 / kcal 55 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 4,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,42 g / BE 0,4</p>
--	--	---	--	---

DE-ÖKO-003

Speisekarte



KW 12
Montag

17.03.2025
Dienstag bis

21.03.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menülinie 1

<p>Putenschnitzel mit vegetarischer Bratensauce, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose)</p>  <p>kj 498 / kcal 119 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 13,1 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 0,64 g / BE 1,1</p>	<p>Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensauce, dazu geriebener Bio-Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 549 / kcal 131 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g / KH 20,2 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 1,17 g / BE 1,7 g</p>	<p>Bio-Kartoffel-Porree-Karotten-Puffer mit Bio-Erbsen- und Möhren in Rahm</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Sulfid</p>  <p>3</p> <p>kj 374 / kcal 89 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,6 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,34 g / BE 1,2</p>	<p>Bio-Lachswürfel in Tomatencremesauce mit Bio-Erbsen und Bio-Penne</p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)</p>   <p>kj 585 / kcal 140 / Fett 4,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 17,9 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 6,4 g / Salz 0,91 g / BE 1,5</p>	<p>Bio-Gnocchi mit Bio-Spinatrahmsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 498 / kcal 119 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 21,5 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 1,29 g / BE 1,8</p>
--	--	--	---	--

Menülinie 2

<p>Tomaten-Kidneybohnen-Mais-Chili mit Sour Cream und Fladenbrot</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sesamsamen</p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 18,8 g, davon Zucker 4,8 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 1,52 g / BE 1,6</p>	<p>Putenmedaillons mit Zwiebelsauce mit Potato Wedges</p> <p>Senf</p>  <p>kj 525 / kcal 125 / Fett 5,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 10,6 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 8,0 g / Salz 1,27 g / BE 0,9</p>	<p>Milde Ungarische Gulaschsuppe vom Rind mit Tomaten, Paprika und Kartoffeln, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 399 / kcal 95 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 15,5 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,03 g / BE 1,3</p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p>kj 600 / kcal 143 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 19,1 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,97 g / BE 1,6</p>	<p>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Langkornreis und Brokkoli</p> <p>Milch (Lactose)</p>  <p>kj 501 / kcal 120 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 18,3 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 1,94 g / BE 1,5</p>
--	---	---	---	--

Menülinie 3

<p>Tomaten-Kidneybohnen-Mais-Chili mit Sour Cream und Fladenbrot</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sesamsamen</p> <p>kj 573 / kcal 137 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 18,8 g, davon Zucker 4,8 g / Eiweiß 5,9 g / Salz 1,52 g / BE 1,6</p>	<p>Bio-Spaghetti mit Bio-Tomatensauce, dazu geriebener Bio-Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 549 / kcal 131 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,4 g / KH 20,2 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 1,17 g / BE 1,7 g</p>	<p>Bio-Kartoffel-Porree-Karotten-Puffer mit Bio-Erbsen- und Möhren in Rahm</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Sulfid</p>  <p>3</p> <p>kj 374 / kcal 89 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,6 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 1,34 g / BE 1,2</p>	<p>Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen</p> <p>kj 600 / kcal 143 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 19,1 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,97 g / BE 1,6</p>	<p>Bio-Gnocchi mit Bio-Spinatrahmsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p>  <p>kj 498 / kcal 119 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 21,5 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 1,29 g / BE 1,8</p>
--	--	--	---	--

Gluten-, Lactosefrei

<p>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonsauce mit Risi-Bisi</p> <p>Senf</p> <p>1</p> <p>kj 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,2</p>	<p>Süßkartoffel Tikka Masala mit Paprika und Sojabohnen</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 499 / kcal 119 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 13,5 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,1</p>	<p>Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce</p> <p>kj 596 / kcal 142 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 28,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 0,97 g / BE 2,3</p>	<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p>kj 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</p>	<p>Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln</p> <p>kj 342 / kcal 82 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 8,1 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,72 g / BE 0,7</p>
---	---	---	---	--

DE-ÖKO-003

Speisekarte



KW 13
Montag

24.03.2025
Dienstag bis

28.03.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Bio-Spaghetti mit Bio-Paprika-Karotten-Bolognese</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p> 1</p> <p>kJ 465 / kcal 111 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 19,9 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,0 g / BE 1,7</p>	<p>Bio-Ravioli mit Käse-Basilikum-Füllung und Bio-Tomatensauce, dazu Bio-Erbsen</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kJ 862 / kcal 206 / Fett 5,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 30,4 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,42 g / BE 2,5</p>	<p>Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 459 / kcal 110 / Fett 3,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 13,0 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 5,6 g / Salz 0,50 g / BE 1,1</p>	<p>Mac'n Cheese - Bio-Nudeln mit Bio-Käsesauce und geriebenen Bio-Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kJ 624 / kcal 149 / Fett 5,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,7 g / KH 19,6 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,60 g / BE 1,6</p>	<p>Bio-Hühnerfrikassee mit Spargel, dazu Bio-Möhren und Bio-Basmatireis</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kJ 486 / kcal 116 / Fett 2,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 17,7 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 0,78 g / BE 1,5</p>
Menülinie 2				
<p>Putenragout in Paprikasauce, dazu Basmatireis</p> <p></p> <p>kJ 493 / kcal 118 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 18,4 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 2,22 g / BE 1,5</p>	<p>Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>3, 8 </p> <p>kJ 422 / kcal 101 / Fett 5,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 7,3 g, davon Zucker 2,6 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,66 g / BE 0,6</p>	<p>Paprikarahmgulasch mit Langkornreis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>1</p> <p>kJ 452 / kcal 108 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 18,2 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 1,31 g / BE 1,5</p>	<p>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Sellerie, Milch (Lactose), Eier</p> <p>3, 8 </p> <p>kJ 624 / kcal 149 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 17,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 1,17 g / BE 1,5</p>	<p>Gedämpfter Hefekloß mit Vanillesauce, vorab Tomatencremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 750 / kcal 179 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 29,9 g, davon Zucker 9,5 g / Eiweiß 4,0 g / Salz 0,55 g / BE</p>
Menülinie 3				
<p>Bio-Spaghetti mit Bio-Paprika-Karotten-Bolognese</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p> 1</p> <p>kJ 465 / kcal 111 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,2 g / KH 19,9 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,0 g / BE 1,7</p>	<p>Bio-Ravioli mit Käse-Basilikum-Füllung und Bio-Tomatensauce, dazu Bio-Erbsen</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kJ 862 / kcal 206 / Fett 5,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 30,4 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 9,0 g / Salz 0,42 g / BE 2,5</p>	<p>Paprikarahmgulasch mit Langkornreis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>1</p> <p>kJ 452 / kcal 108 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 18,2 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 1,31 g / BE 1,5</p>	<p>Mac'n Cheese - Bio-Nudeln mit Bio-Käsesauce und geriebenen Bio-Gouda</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 1</p> <p>kJ 624 / kcal 149 / Fett 5,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,7 g / KH 19,6 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,3 g / Salz 0,60 g / BE 1,6</p>	<p>Gedämpfter Hefekloß mit Vanillesauce, vorab Tomatencremesuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kJ 750 / kcal 179 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 29,9 g, davon Zucker 9,5 g / Eiweiß 4,0 g / Salz 0,55 g / BE</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Gegrilltes Paprika-, Aubergine-, Zucchini Gemüse mit Tomatensauce und Paprikareis</p> <p>kJ 349 / kcal 83 / Fett 2,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 14,0 g, davon Zucker 3,3 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,94 g / BE 1,2</p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen, dazu Reis</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kJ 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,5</p>	<p>Gnocchi-Zucchini-Paprika-Pfanne mit Tomatensauce</p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p>kJ 470 / kcal 112 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 15,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,11 g / BE 1,3</p>	<p>Kartoffel-Möhren-Blumenkohl-Eintopf</p> <p>kJ 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6</p>	<p>Nudeln a la Bolognese vom Rind</p> <p>kJ 635 / kcal 151 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2</p>
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 14
Montag

31.03.2025
Dienstag bis

04.04.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Bio-Spätzle mit Bio-Erbesen und Bio-Karotten-Zucchini-Rahmsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kj 467 / kcal 112 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 17,2 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,70 g / BE 1,4</p>	<p>Gebratene Rinderfrikadelle mit Bratensauce, dazu Blumenkohl und Kroketten</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier, Senf</p> <p></p> <p>kj 528 / kcal 126 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 5,0 g, KH 14,2 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 1,05 g / BE 1,2</p>	<p>Bio-Linsentaler mit Bio-Rahmkohlrabi und Bio-Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 477 / kcal 114 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g / KH 12,7 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 1,08 g / BE 1,1</p>	<p>Bio-Spaghetti mit Bio-Bolognese vom Rind</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie</p> <p> </p> <p>kj 497 / kcal 119 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 20,2 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 0,86 g / BE 1,7</p>	<p>Bio-Kartoffelpuffer mit Bio-Apfelmus</p> <p>Eier, Gluten (Weizen)</p> <p></p> <p>kj 537 / kcal 128 / Fett 7,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 13,4 g, davon Zucker 4,6 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,64 g / BE 1,1</p>
Menülinie 2				
<p>Lachsrahmsauce mit Brokkoli und Gnocchi</p> <p>Fisch, Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p>1 </p> <p>kj 401 / kcal 96 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 13,3 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,55 g / BE 1,1</p>	<p>Vollkornpenne mit Paprikarahmsauce und Mais</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 22,3 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,13 g / BE 1,9</p>	<p>Braumeister-Gulasch vom Rind mit Knöpfle</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch, Sulfid</p> <p>3 </p> <p>kj 686 / kcal 164 / Fett 7,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 15,7 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 8,8 g / Salz 1,70 g / BE 1,3</p>	<p>Erbseintopf mit Weizenbrötchen</p> <p>Sellerie, Senf, Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>kj 343 / kcal 82 / Fett 0,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 15,3 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 1,33 g / BE 1,3</p>	<p>Putengeschnetzeltes in Lauch-Zwiebel-Karotten-Gemüsesauce, dazu Möhren und Langkornreis</p> <p>Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 491 / kcal 117 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 15,7 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 4,9 g / Salz 1,67 g / BE 1,3</p>
Menülinie 3				
<p>Bio-Spätzle mit Bio-Erbesen und Bio-Karotten-Zucchini-Rahmsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p>kj 467 / kcal 112 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 17,2 g, davon Zucker 1,1 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 0,70 g / BE 1,4</p>	<p>Vollkornpenne mit Paprikarahmsauce und Mais</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 22,3 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,13 g / BE 1,9</p>	<p>Bio-Linsentaler mit Bio-Rahmkohlrabi und Bio-Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 477 / kcal 114 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g / KH 12,7 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 3,3 g / Salz 1,08 g / BE 1,1</p>	<p>Erbseintopf mit Weizenbrötchen</p> <p>Sellerie, Senf, Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose)</p> <p>kj 343 / kcal 82 / Fett 0,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g, KH 15,3 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 1,33 g / BE 1,3</p>	<p>Bio-Kartoffelpuffer mit Bio-Apfelmus</p> <p>Eier, Gluten (Weizen)</p> <p></p> <p>kj 537 / kcal 128 / Fett 7,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 13,4 g, davon Zucker 4,6 g / Eiweiß 1,5 g / Salz 0,64 g / BE 1,1</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p>kj 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g, KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</p>	<p>Rindergeflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gnocchi</p> <p>Eier, Senf</p> <p>1</p> <p>kj 687 / kcal 164 / Fett 7,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g, KH 18,7 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,1 g / BE 1,6</p>	<p>Vegetarischer Linseneintopf</p> <p>Sellerie</p> <p>kj 228 / kcal 54 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,32 g / BE 0,3</p>	<p>Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis</p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 20,0 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,34 g / BE 1,7</p>	<p>Fruchtige Linsenbolognese mit Kartoffelnocken</p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>kj 541 / kcal 129 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 22,8 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 1,01 g / BE 1,9</p>
DE-ÖKO-003				

Nährwertangaben auf 100g.

Speisekarte



KW 15
Montag

07.04.2025
Dienstag bis

11.04.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menülinie 1				
<p>Überbackener Bio-Nudel-Brokkoli-Auflauf</p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p> 3</p> <p>kj 480 / kcal 115 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 1,30g / BE 1,2 g</p>	<p>Paniertes Seelachsfilet mit Bio-Rahmwirsing und Salzkartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen), Fische, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 419 / kcal 100 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 12,4 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,57 g / BE 1,0</p>	<p>Bio-Mildes Chili con Carne mit Rindfleisch und Kidneybohnen, dazu Bio-Vollkornreis</p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p> </p> <p>kj 488 / kcal 117 / Fett 1,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 0,57 g / BE 1,7</p>	<p>Bio-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 888 / kcal 212 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,6 g / KH 30,0 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 9,8 g / Salz 1,3 g / BE 2,5</p>	<p>Bio-Grießbrei mit Bio-Applejus, vorweg Bio-Nudelsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 346 / kcal 83 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 10,6 g, davon Zucker 6,6 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,18 g / BE 0,9</p>
Menülinie 2				
<p>Paniertes Putenschnitzel mit Champignonrahmsauce, dazu Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Lactose), Eier, Senf</p> <p></p> <p>kj 714 / kcal 170 / Fett 7,4 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 8,0 g / Salz 0,88 g / BE 1,5 g</p>	<p>Linsen-Blumenkohl-Curry mit Erbsen und Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Erdnüsse, Sojabohnen, Sesam</p> <p>kj 490 / kcal 117 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 19,6 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 1,26 g / BE 1,6</p>	<p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Sour Cream und Beilagensalat mit Zitronendressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 17,1 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 3 g / Salz 0,30 g / BE 1,4</p>	<p>Lasagne mit Hackfleisch vom Rind</p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p></p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 16,0 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,20 g / BE 1,3</p>	<p>Kartoffelrahmsuppe mit Geflügelwiener, dazu Weizenbrötchen</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>2, 3, 8 </p> <p>kj 480 / kcal 115 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 1,30g / BE 1,2 g</p>
Menülinie 3				
<p>Überbackener Bio-Nudel-Brokkoli-Auflauf</p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen)</p> <p> 3</p> <p>kj 480 / kcal 115 / Fett 4,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,8 g / KH 14,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 1,30g / BE 1,2 g</p>	<p>Linsen-Blumenkohl-Curry mit Erbsen und Langkornreis</p> <p>Gluten (Weizen), Erdnüsse, Sojabohnen, Sesam</p> <p>kj 490 / kcal 117 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 19,6 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 1,26 g / BE 1,6</p>	<p>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Sour Cream und Beilagensalat mit Zitronendressing</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 17,1 g, davon Zucker 0,7 g / Eiweiß 3 g / Salz 0,30 g / BE 1,4</p>	<p>Bio-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 888 / kcal 212 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,6 g / KH 30,0 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 9,8 g / Salz 1,3 g / BE 2,5</p>	<p>Bio-Grießbrei mit Bio-Applejus, vorweg Bio-Nudelsuppe</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 346 / kcal 83 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 10,6 g, davon Zucker 6,6 g / Eiweiß 1,6 g / Salz 0,18 g / BE 0,9</p>
Gluten-, Lactosefrei				
<p>Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsen-Gemüse</p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Sesamsamen</p> <p>kj 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,4</p>	<p>Nudeln a la Bolognaise vom Rind</p> <p>kj 635 / kcal 152 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2</p>	<p>Vegetarischer Kartoffeleintopf mit Karotten und Sellerie</p> <p>Sellerie</p> <p>kj 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6</p>	<p>Maisgrießbrei mit Kirschräout</p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3</p>	<p>Gnocchi-Zucchini-Paprika-Pfanne mit Tomatensauce</p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p>kj 470 / kcal 112 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 15,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,11 g / BE 1,3</p>
DE-ÖKO-003				

Speisekarte



KW 16
Montag

14.04.2025
Dienstag bis

18.04.2025
Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menülinie 1

<p>Bio-Linseneintopf mit Bio-Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Eier</p> <p> 3</p> <p><small>kj 384v / kcal 92 / Fett 0,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 16,5 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 4 g / Salz 1,01 g / BE 1,4</small></p>	<p>Bio-Vollkornspirelli mit Bio-Brokkoli und heller Bio-Rahmsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p><small>kj 485 kcal 116 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 18,7 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 1,27 g / BE 1,6</small></p>	<p>Bio-Gemüsemaultaschen mit Bio-Röstzwiebeln, dazu Bio-Kartoffelsalat</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p> 3</p> <p><small>kj 696 / kcal 166 / Fett 6,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 24 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,82 g / BE 2,0</small></p>	<p>Rindfleischburger im Brötchen mit Ketchup, dazu Ofen-Pommes</p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Eier, Sellerie, Senf, Sesam</p> <p>12, 11 </p> <p><small>kj 838 / kcal 200 / Fett 8,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,9 g / KH 23,2 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 7,5 g / Salz 0,90 g / BE 1,9</small></p>	<p>Bio-Gulasch vom Rind mit Bio-Erbсен und Bio-Kartoffeln</p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p> </p> <p><small>kj 392 / kcal 94 / Fett 3,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 9,9 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 6,1 g / Salz 0,68 g / BE 0,8</small></p>
---	---	--	---	--

Menülinie 2

<p>Lachscurry in Tomaten-Kokossauce mit Langkornreis, dazu gemischter Salat mit Kräuter-Öl-Dressing</p> <p>Fisch, Sojabohnen, Senf, Sulfit</p> <p>3 </p> <p><small>kj 486 / kcal 116 / Fett 2,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 18,0 g, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 1,38 g / BE 1,5</small></p>	<p>Köttbullar in Rahm vom Geflügel mit Blumenkohl-Brokkoli-Kohlrabi-Gemüse und Kartoffelpüree</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p></p> <p><small>kj 454 / kcal 108 / Fett 6,1 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 8,8 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,06 g / BE 0,7</small></p>	<p>Geflügelbratwurst mit Sauerkraut und Kartoffelpüree</p> <p>Milch (Lactose)</p> <p>8,3 </p> <p><small>kj 402 / kcal 96 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 1,6 g / KH 7,3 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 1,49 g / BE 0,6</small></p>	<p>Spaghetti mit Tofu-Karotten-Carbonara und Erbsen</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p><small>kj 503 / kcal 120 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 17,0 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,08 g / BE 1,4</small></p>	<p>Kartoffelknödel mit Croûtons gefüllt, dazu Bratensauce und grüne Bohnen</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p><small>kj 454 / kcal 108 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 12,8 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,8 g / Salz 0,79 g / BE 1,1</small></p>
--	--	---	---	---

Menülinie 3

<p>Bio-Linseneintopf mit Bio-Spätzle</p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie, Eier</p> <p> 3</p> <p><small>kj 384v / kcal 92 / Fett 0,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 16,5 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 4 g / Salz 1,01 g / BE 1,4</small></p>	<p>Bio-Vollkornspirelli mit Bio-Brokkoli und heller Bio-Rahmsauce</p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> 3</p> <p><small>kj 485 kcal 116 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 18,7 g, davon Zucker 2,0 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 1,27 g / BE 1,6</small></p>	<p>Bio-Gemüsemaultaschen mit Bio-Röstzwiebeln, dazu Bio-Kartoffelsalat</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p> 3</p> <p><small>kj 696 / kcal 166 / Fett 6,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,7 g / KH 24 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,7 g / Salz 0,82 g / BE 2,0</small></p>	<p>Spaghetti mit Tofu-Karotten-Carbonara und Erbsen</p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p><small>kj 503 / kcal 120 / Fett 3,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 17,0 g, davon Zucker 1,0 g / Eiweiß 5,1 g / Salz 1,08 g / BE 1,4</small></p>	<p>Kartoffelknödel mit Croûtons gefüllt, dazu Bratensauce und grüne Bohnen</p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie, Senf</p> <p><small>kj 454 / kcal 108 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 2,3 g / KH 12,8 g, davon Zucker 1,7 g / Eiweiß 1,8 g / Salz 0,79 g / BE 1,1</small></p>
---	---	--	---	---

Gluten-, Lactosefrei

<p>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</p> <p>3</p> <p><small>kj 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</small></p>	<p>Kartoffel-Möhren-Blumenkohl-Eintopf</p> <p><small>kj 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6</small></p>	<p>Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen, dazu Langkornreis</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>kj 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,5</small></p>	<p>Geschmortes Paprika-, Auberginen-, Zucchini-Gemüse mit Kräuter-Maisgrieß</p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>kj 290 / kcal 69 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 6,2 g, davon Zucker 5,4 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,92 g / BE 0,5</small></p>	<p>Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce</p> <p><small>kj 596 / kcal 142 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 28,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 0,97 g / BE 2,3</small></p>
--	---	---	--	--

DE-ÖKO-003