

Speisekarte vom

07.09.2026 bis 13.09.2026

Grundschule

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag	Bio Pasta ^{a1} Bio Basilikum-Sahne Sauce ^g Bio Zucchiniwürfel Gemüse Bio Reibekäse Bio Obst	
	645 kcal, 2702 KJ, 18,16g Fett, 7,87g ges. FS, 27,70g KH, 21,49g Zucker, 7,21g Eiweiß, 1,88g Salz	
Dienstag	Bio Rinderhackfleisch- Curry ³ Bio Kürbis-Bio Sellerie-Bio Grüne Bohnen Gemüse ⁱ Bio Langkornreis Bio Snackgemüse	Bio veganes Tofu- Curry ^{3,f} Bio Kürbis-Bio Sellerie-Bio Grüne Bohnen Gemüse ⁱ Bio Langkornreis Bio Snackgemüse
	488 kcal, 2050 KJ, 19,66g Fett, 5,69g ges. FS, 62,85g KH, 11,69g Zucker, 12,80g Eiweiß, 2,73g Salz	554 kcal, 2320 KJ, 23,95g Fett, 6,48g ges. FS, 69,56g KH, 16,34g Zucker, 12,55g Eiweiß, 2,80g Salz
Mittwoch	Bio Kichererbseneintopf ^f Bio Mehrkornbaguette ^{a,a1} Bio Waldfrucht Quark ^g	
	351 kcal, 1475 KJ, 10,03g Fett, 7,85g ges. FS, 51,02g KH, 3,93g Zucker, 11,43g Eiweiß, 0,85g Salz	
Donnerstag	MSC Knusperseelachsfilet Käse ^{a1} Bio Remoulade ^{c,g,j} gekochte Bio-Kartoffeln Bio Gurkensalat ^j Bio Snackgemüse	Bio veganer Linsentaler ^{a,a1,i} Bio Remoulade ^{c,g,j} gekochte Bio-Kartoffeln Bio Gurkensalat ^j Bio Snackgemüse
	2427 kcal, 10183 KJ, 102,01g Fett, 17,84g ges. FS, 342,72g KH, 298,51g Zucker, 31,59g Eiweiß, 5,52g Salz	2405 kcal, 10090 KJ, 100,66g Fett, 16,81g ges. FS, 345,22g KH, 298,94g Zucker, 26,36g Eiweiß, 5,41g Salz
Freitag	Bio Gemüse- Lasagne ^{a,a1,g} Bio Vanille Schoko Pudding ^g	
	742 kcal, 3127 KJ, 18,02g Fett, 9,76g ges. FS, 120,94g KH, 28,57g Zucker, 21,64g Eiweiß, 1,35g Salz	

Legende der deklarationspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe:

a Gluten; a1 Weizen; a2 Roggen; a3 Gerste; a4 Hafer; a5 Dinkel; b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; c Eier und Eierzeugnisse; d Fisch und Fischerzeugnisse; e Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse; f Soja und Sojaerzeugnisse; g Milch und Milcherzeugnisse; h Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse; h1 Mandeln; h2 Haselnuss; h3 Walnuss; h4 Kaschunuss; h5 Pecanuss; h6 Paranuss; h7 Pistazie; h8 Macadamianuss; i Sellerie und Sellerieerzeugnisse; j Senf und Senferzeugnisse; k Sesamsamen und Sesamenerzeugnisse; l Schwefeldioxid und Sulfite; m Lupine und Lupinerzeugnisse; n Weichtiere und Weichtiererzeugnisse; 1 mit Farbstoff; 2 mit Konservierungsstoff; 3 mit Antioxidationsmittel; 4 mit Geschmacksverstärker; 5 geschwefelt; 6 geschwärzt; 7 gewachst; 8 mit Phosphat; 9 mit Süßungsmittel; 11 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel; 12 auf Grundlage von Tafelsüße; 13 enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam); 14 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; 15 unter Schutzatmosphäre verpackt; 16 chininhaltig; 18 mit Milcheiweiß; 32 mit Stärke oder Pflanzenstärke; 33 mit Geflügelfleischanteil; 34 mit Jodsalz; 36 z.T. fein zerkleinertes Fleisch

