

**Menüplan für KW 45 von 02.11.2026 bis 08.11.2026**

|                                   | Vorsuppe                 | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                         | Menü 2 - Schule                                                                           | Menü 3 - Schule                                                                                          | Menü 4 - Schule                                                                       | Dessert Schule                                                                        |
|-----------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>02.11.2026</b>     | Königinsuppe             | BIO Gemüsegulasch dazu<br>BIO Vollkorn-Fusilli                                                                                                                          | Zwei Geflügelwiener mit<br>Bratkartoffeln dazu<br>Ketchup und<br>Rote-Bete-Salat          | Schweinegeschnetzeltes in<br>Rahmsauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Wirsingrahmgemüse                 | Vegetarische Älplermagronen                                                           | Milchpudding Vanille                                                                  |
|                                   |                          |       |        |                       |    |    |
| <b>Dienstag,<br/>03.11.2026</b>   | 8-Kräutersüppchen        | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>Rahmsauce dazu<br>BIO Knöpfe und<br>Gurkensalat                                                                                      | BIO Spaghetti mit<br>Bolognesesauce (Rind) dazu<br>Reibekäse und<br>Gurkensalat           | Schwäbische Krautschupfnudeln<br>(Schwein)                                                               | Kaiserschmarrn dazu<br>Dessertsauce mit<br>Vanillegeschmack                           | Buttermilch Dessert Vanilla-Birne                                                     |
|                                   |                          |       |        |                       |    |                                                                                       |
| <b>Mittwoch,<br/>04.11.2026</b>   | Champignonrahmsuppe      | Vier Fischstäbchen paniert mit<br>Kräutersauce dazu<br>Kartoffelpüree und<br>Erbsengemüse (BIO Erbsen)                                                                  | Ein Hähnchenschenkel mit<br>Wedges dazu<br>herbstliches Ratatouille (Kürbis,<br>Kohlrabi) | Drei Königsberger Klopse<br>(Schwein) in<br>Kapernsauce dazu<br>BIO Kartoffeln und<br>Brokkoligemüse     | Ravioli mit Käsefüllung dazu<br>Tomaten-Papikaragout und<br>Karottensalat             | Fruchtjoghurt Erdbeere                                                                |
|                                   |                          |       |        |                       |    |                                                                                       |
| <b>Donnerstag,<br/>05.11.2026</b> | Tomatencremesuppe        | Ein Spinat-Dinkel-<br>Knusperplätzchen paniert dazu<br>Blumenkohl in Hollandaise und<br>BIO Würfelkartoffeln                                                            | Ein Seelachsfilet natur in<br>Dillsauce dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Fingermöhren    | Ein Schweinesteak natur mit<br>Rahmsauce Schwein<br>Eierspätzle und<br>Blattsalat mit<br>Kräuterdressing | Zwei mediterrane Spinatstangen<br>dazu<br>Schmand-Dip und<br>Gemüsebolognese          | BIO Milchpudding Schoko                                                               |
|                                   |                          |   |      |                     |  |  |
| <b>Freitag,<br/>06.11.2026</b>    | Gemüsebrühe mit Brunoise | Acht Vegane Sojabällchen mit<br>Paprika-Dip dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Gurkensalat                                                                                 | Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit<br>Paprikasauce dazu<br>Farfalle und<br>Gurkensalat    | Eine Scheibe Fleischkäse<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>Kartoffelpüree und<br>Bayerisch Kraut    | Knöpfe-Auflauf mit buntem<br>Gemüse                                                   | Früchtequark Kirsche                                                                  |
|                                   |                          |   |      |                     |  |                                                                                       |

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 45 von 02.11.2026 bis 08.11.2026

|                                   | Vorsuppe                          | Menü 1 - Schule                                                                                                               | Menü 2 - Schule                                                                                                      | Menü 3 - Schule                                                                                                                 | Menü 4 - Schule                                                                                      | Dessert Schule                      |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>02.11.2026</b>     | Königinsuppe A,A1,A3,G,I          | BIO Gemüseglasch dazu G,I<br>BIO Vollkorn-Fusilli A,A1                                                                        | Zwei Geflügelwien mit 2,3,8,12<br>Bratkartoffeln dazu<br>Ketchup und<br>Rote-Bete-Salat 9                            | Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Wirsingrahmgemüse A,A1,A3,G,I                               | Vegetarische Äplermagronen A,A1,A3,C,G,I                                                             | Milchpudding Vanille G              |
| <b>Dienstag,<br/>03.11.2026</b>   | 8-Kräutersüppchen G,I             | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1<br>BIO Knöpfe und<br>Gurkensalat 1,4                          | BIO Spaghetti mit A,A1<br>Bolognesesauce (Rind) dazu A,A1,I,12<br>Reibekäse und G,12<br>Gurkensalat 1,4              | Schwäbische Krautschupfnudeln (Schwein) A,A1,C,I,2,3                                                                            | Kaiserschmarrn dazu<br>Dessertsauce mit Vanillegeschmack G                                           | Buttermilch Dessert Vanilla-Birne G |
| <b>Mittwoch,<br/>04.11.2026</b>   | Champignonrahmsuppe G,I           | Vier Fischstäbchen paniert mit A,A1,D<br>Kräutersauce dazu G,I<br>Kartoffelpüree und G,1<br>Erbsengemüse (BIO Erbsen) G,I,1,2 | Ein Hähnchenschenkel mit<br>Wedges dazu A,A1<br>herbstliches Ratatouille (Kürbis, Kohlrabi) A,A1,A3,G                | Drei Königsberger Klopse (Schwein) in C<br>Kapernsauce dazu A,A1,A3,G,I<br>BIO Kartoffeln und<br>Brokkoligemüse G,I,1,2         | Ravioli mit Käsefüllung dazu A,A1,C,G<br>Tomaten-Paprikaragout und A,A1,G,I<br>Karottensalat G,I,1,4 | Fruchtjoghurt Erdbeere G            |
| <b>Donnerstag,<br/>05.11.2026</b> | Tomatencremesuppe G,I,2,3         | Ein Spinat-Dinkel-Knuserplätzchen paniert dazu A,A1,C,G<br>Blumenkohl in C,G,I<br>Hollandaise und<br>BIO Würfelkartoffeln     | Ein Seelachsfilet natur in<br>Dillsauce dazu A,A1,A3,G,I<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Fingermöhren                   | Ein Schweinesteak natur mit A,A1<br>Rahmsauce Schwein A,A1,A3,G,I,1<br>Eierspätzle und<br>Blattsalat mit<br>Kräuterdressing 1,4 | Zwei mediterrane Spinatstangen dazu A,A1,G,3<br>Schmand-Dip und G<br>Gemüsebolognese G,I,12          | BIO Milchpudding Schoko G           |
| <b>Freitag,<br/>06.11.2026</b>    | Gemüsebrühe mit Brunoise A,A1,I,4 | Acht Vegane Sojabällchen mit F<br>Paprika-Dip dazu G,2,3<br>BIO Basmati-Reis und<br>Gurkensalat 1,4                           | Ein Hähnchenbrustfilet A,A1,C,2<br>paniert mit<br>Paprikasauce dazu A,A1,G,I<br>Farfalle und A,A1<br>Gurkensalat 1,4 | Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in 2,3,8<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Kartoffelpüree und G,1<br>Bayerisch Kraut I      | Knöpfele-Auflauf mit buntem Gemüse A,A1,A3,C,G,I,1,12                                                | Früchtequark Kirsche G              |

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,  
 B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,  
 H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,  
 I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,  
 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 45 von 02.11.2026 bis 08.11.2026

|                           | Vorsuppe                                                                                                                                                                  | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                                                       | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                                                   | Menü 3 - Schule                                                                                                                                                                                 | Menü 4 - Schule                                                                                                                                                                               | Dessert Schule                                                                                                                                                                             |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag,<br>02.11.2026     | Königinsuppe<br>kJ 123 / kcal 29 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 4,6 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2        | BIO Gemüseglasch dazu<br>kJ 246 / kcal 59 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 6,7 / davon Zucker 5,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,1                           | Zwei Geflügelwiener mit<br>kJ 1106 / kcal 267 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,9 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,0                 | Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce<br>kJ 429 / kcal 103 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,3 / Salz 1,1     | Vegetarische Älplermagronen<br>kJ 677 / kcal 162 / Fett 9,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 11,5 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 8,0 / Salz 0,8           | Milchpudding Vanille<br>kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2               |
|                           |                                                                                                                                                                           | BIO Vollkorn-Fusilli<br>kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,8                          | Bratkartoffeln dazu<br>kJ 515 / kcal 122 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2                       | BIO Basmati-Reis und<br>kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3                    |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | Ketchup und<br>kJ 331 / kcal 78 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 11,6 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 1,0 / Salz 2,7                               | Wirsingrahmgemüse<br>kJ 251 / kcal 60 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,7                         |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | Rote-Bete-Salat<br>kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9                              |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
| Dienstag,<br>03.11.2026   | 8-Kräutersüppchen<br>kJ 158 / kcal 38 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,9   | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>kJ 524 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7               | BIO Spaghetti mit<br>kJ 501 / kcal 120 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,2                         | Schwäbische Krautschupfnudeln (Schwein)<br>kJ 172 / kcal 41 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,0   | Kaiserschmarrn dazu<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                        | Buttermilch Dessert Vanilla-Birne<br>kJ 505 / kcal 120 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 17,1 / davon Zucker 16,5 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2 |
|                           |                                                                                                                                                                           | Rahmsauce dazu<br>kJ 177 / kcal 42 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2                                  | Bolognesesauce (Rind) dazu<br>kJ 426 / kcal 102 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 9,9 / Salz 0,5                 |                                                                                                                                                                                                 | Dessertsauce mit Vanillegeschmack<br>kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2    |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           | BIO Knöpfe und<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                                     | Reibekäse und<br>kJ 1265 / kcal 302 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 1,3                          |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8                                     | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8                                 |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
| Mittwoch,<br>04.11.2026   | Champignonrahmsuppe<br>kJ 185 / kcal 44 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,0 | Vier Fischstäbchen paniert mit<br>kJ 795 / kcal 190 / Fett 8,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 13,0 / Salz 0,8               | Ein Hähnchenschenkel mit<br>kJ 809 / kcal 194 / Fett 12,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,0 / Salz 1,3                 | Drei Königsberger Klopse (Schwein) in<br>kJ 1001 / kcal 241 / Fett 19,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,5 | Ravioli mit Käsefüllung dazu<br>kJ 747 / kcal 179 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 29,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 8,2 / Salz 1,0          | Fruchtjoghurt Erdbeere<br>kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1             |
|                           |                                                                                                                                                                           | Kräutersauce dazu<br>kJ 322 / kcal 77 / Fett 5,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 5,1 / davon Zucker 3,3 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,3 / Salz 1,2                               | Wedges dazu<br>kJ 627 / kcal 150 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8                               | Kapernsauce dazu<br>kJ 232 / kcal 55 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,2 / Salz 1,1                          | Tomaten-Paprikaragoulada und<br>kJ 136 / kcal 33 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,2 / Salz 1,1            |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           | Kartoffelpüree und<br>kJ 282 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 10,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,7                             | herbstliches Ratatouille (Kürbis, Kohlrabi)<br>kJ 220 / kcal 52 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 6,8 / davon Zucker 4,6 / Ballaststoffe 1,6 / Eiweiß 1,3 / Salz 0,2 | BIO Kartoffeln und<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3                       | Karottensalat<br>kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0                         |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           | Erbsengemüse (BIO Erbsen)<br>kJ 414 / kcal 99 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,8 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,7                      |                                                                                                                                                                                                   | Brokkoligemüse<br>kJ 200 / kcal 48 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,5 / Salz 0,7                            |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
| Donnerstag,<br>05.11.2026 | Tomatencremesuppe<br>kJ 191 / kcal 46 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9   | Ein Spinat-Dinkel-Knusperknäuel paniert dazu<br>kJ 975 / kcal 234 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,9 | Ein Seelachsfilet natur in<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                     | Ein Schweinesteak natur mit<br>kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3             | Zwei mediterrane Spinatstangen dazu<br>kJ 1112 / kcal 266 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,1 / Kohlenhydrate 30,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 6,6 / Salz 1,1 | BIO Milchpudding Schoko<br>kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1            |
|                           |                                                                                                                                                                           | Blumenkohl in Hollandaise und<br>kJ 790 / kcal 189 / Fett 18,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,7                 | Dillsauce dazu<br>kJ 283 / kcal 68 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 3,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,8                              | Rahmsauce Schwein<br>kJ 306 / kcal 73 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3                         | Schmand-Dip und<br>kJ 1013 / kcal 242 / Fett 24,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 16,6 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,1                     |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           | BIO Würfelkartoffeln<br>kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,1                           | BIO Salzkartoffeln und<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3                     | Eierspätzle und<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                              | Gemüsebolognese<br>kJ 159 / kcal 38 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,9                         |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | Fingermöhren<br>kJ 155 / kcal 37 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 5,5 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,1                                | Blattsalat mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                               |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                   | Kräuterdressing<br>kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3                         |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                            |

Menüplan für KW 45 von 02.11.2026 bis 08.11.2026

|                        | Vorsuppe                 |                                                                                                                                                             | Menü 1 - Schule              |                                                                                                                                                                  | Menü 2 - Schule                    |                                                                                                                                                                   | Menü 3 - Schule                       |                                                                                                                                                                    | Menü 4 - Schule                   |                                                                                                                                                                 | Dessert Schule       |                                                                                                                                                                  |
|------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Freitag,<br>06.11.2026 | Gemüsebrühe mit Brunoise | <div>kJ 39 / kcal 9 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,2</div> | Acht Vegane Sojabällchen mit | <div>kJ 728 / kcal 173 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 16,3 / Salz 1,5</div> | Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit | <div>kJ 964 / kcal 230 / Fett 10,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,3</div> | Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in | <div>kJ 1235 / kcal 299 / Fett 27,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,3 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,5 / Salz 1,8</div> | Knöpfle-Auflauf mit buntem Gemüse | <div>kJ 658 / kcal 157 / Fett 7,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 13,9 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 6,8 / Salz 1,0</div> | Früchtequark Kirsche | <div>kJ 524 / kcal 125 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 13,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1</div> |
|                        |                          |                                                                                                                                                             | Paprika-Dip dazu             | <div>kJ 402 / kcal 96 / Fett 6,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 6,2 / davon Zucker 5,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,1</div>    | Paprikasauce dazu                  | <div>kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,8</div>      | Bratensauce dazu                      | <div>kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4</div>       |                                   |                                                                                                                                                                 |                      |                                                                                                                                                                  |
|                        |                          |                                                                                                                                                             | BIO Basmati-Reis und         | <div>kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3</div>  | Farfalle und                       | <div>kJ 560 / kcal 134 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 27,1 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,2</div>   | Kartoffelpüree und                    | <div>kJ 282 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 10,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7</div>     |                                   |                                                                                                                                                                 |                      |                                                                                                                                                                  |
|                        |                          |                                                                                                                                                             | Gurkensalat                  | <div>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8</div>    | Gurkensalat                        | <div>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8</div>     | Bayerisch Kraut                       | <div>kJ 157 / kcal 38 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,4</div>      |                                   |                                                                                                                                                                 |                      |                                                                                                                                                                  |

So viel mehr als nur Essen.  
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

**Menüplan für KW 46 von 09.11.2026 bis 15.11.2026**

|                                   | Vorsuppe           | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                         | Menü 2 - Schule                                                                          | Menü 3 - Schule                                                                                       | Menü 4 - Schule                                                                                  | Dessert Schule                                                                        |
|-----------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>09.11.2026</b>     | Karottencremesuppe | BIO Allgäuer Käsespätzle dazu<br>Bohngengemüse                                                                                                                          | Rigatoni al forno (Rind) dazu<br>Krautsalat                                              | Ein Fleischkuchle (Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>Kartoffelpüree und<br>Kaisergemüse              | Vegetarische Krautschupfnudeln                                                                   | Quark Dessert Vanilla                                                                 |
|                                   |                    |       |       |                    |               |                                                                                       |
| <b>Dienstag,<br/>10.11.2026</b>   | Tomatencremesuppe  | Ein Seelachs Filet natur in<br>Kräutersauce dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Erbsengemüse                                                                              | Hühnerfrikassee dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Mischgemüse                              | Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung<br>dazu<br>Schinken-Sahnesauce (Schwein)<br>und<br>Karottensalat | Drei Eierpfannkuchen mit<br>Kirschfüllung dazu<br>Dessertsauce mit<br>Vanillegeschmack           | BIO Milchpudding Schoko                                                               |
|                                   |                    |       |       |                    |               |    |
| <b>Mittwoch,<br/>11.11.2026</b>   | Grünkernsuppe      | BIO Vollkorn-Spaghetti mit<br>BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu<br>Reibekäse                                                                                                 | BIO Fusilli mit<br>vier Mini-Rinderfrikadellen in<br>Tomatensauce dazu<br>Karottengemüse | Saure Nierle vom Schwein dazu<br>Bratkartoffeln                                                       | Bunter Kartoffel-Auflauf mit<br>Gemüse (BIO Kartoffeln) dazu<br>Blattsalat mit<br>Frenchdressing | Apfelschnee                                                                           |
|                                   |                    |       |       |                    |               |                                                                                       |
| <b>Donnerstag,<br/>12.11.2026</b> | Zwiebelsuppe       | Putengeschnetzeltes in<br>Champignonrahmsauce dazu<br>BIO Fusilli und<br>Blattsalat mit<br>Joghurdressing                                                               | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>Currysauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Asiagemüse | Zwei gerollte Maultaschen<br>(Schwein) in<br>Zwiebelsauce dazu<br>Kartoffelsalat                      | Zwei Semmelknödel mit<br>Champignonragout dazu<br>Blattsalat mit<br>Joghurdressing               | Milchpudding Butterkeks                                                               |
|                                   |                    |   |     |                  |             |  |
| <b>Freitag,<br/>13.11.2026</b>    | Bärlauchcremesuppe | BIO Penne mit<br>Käsesauce dazu<br>Gurkensalat                                                                                                                          | Ein Hokifilet natur in<br>Zitronensauce dazu<br>Bandnudeln und<br>Brokkoligemüse         | Gulaschsuppe (Rind) dazu<br>ein BIO Knusperbrötchen                                                   | Vegetarische Bolognese mit<br>buntem Gemüse dazu<br>BIO Würfelpotato und<br>Gurkensalat          | Fruchtjoghurt Kirsch-Banane                                                           |
|                                   |                    |   |     |                  |             |                                                                                       |

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 46 von 09.11.2026 bis 15.11.2026

|                                   | Vorsuppe                       | Menü 1 - Schule                                                                                                                                  | Menü 2 - Schule                                                                                                   | Menü 3 - Schule                                                                                                                             | Menü 4 - Schule                                                                                                                     | Dessert Schule                     |
|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>09.11.2026</b>     | Karottencremesuppe A,A1,G,I,4  | BIO Allgäuer Käsespätzle G,I<br>dazu<br>Bohnengemüse G,I                                                                                         | Rigatoni al forno (Rind) A,A1,G,I,12<br>dazu<br>Krautsalat 3                                                      | Ein Fleischkühle (Schwein) in A,A1,C,3<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Kartoffelpüree und G,1<br>Kaisergemüse G,I,1                      | Vegetarische A,A1,C,I,3<br>Krautschnupfeln                                                                                          | Quark Dessert Vanilla G            |
| <b>Dienstag,<br/>10.11.2026</b>   | Tomatencremesuppe G,I,2,3      | Ein Seelachs Filet natur<br>in<br>Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Erbsengemüse G,I                                    | Hühnerfrikassee dazu A,A1,A3,G,I<br>BIO Basmati-Reis und<br>Mischgemüse G,I,1,2                                   | Tortellini mit A,A1,C,G<br>Ricotta-Spinatfüllung<br>dazu<br>Schinken-Sahnesauce A,A1,A3,G,I,2,3,8<br>(Schwein) und<br>Karottensalat G,I,1,4 | Drei Eierpannkuchen mit A1,C,G<br>Kirschfüllung dazu<br>Dessertsauce mit G<br>Vanillegeschmack                                      | BIO Milchpudding Schoko G          |
| <b>Mittwoch,<br/>11.11.2026</b>   | Grünkernsuppe A,A1,G,I,4       | BIO Vollkorn-Spaghetti A,A1<br>mit<br>BIO Broccoli-Sahnesauce G,I<br>dazu<br>Reibekäse G,12                                                      | BIO Fusilli mit A,A1<br>vier A,A1,C,I<br>Mini-Rinderfrikadellen in<br>Tomatensauce dazu<br>Karottengemüse G,I,1,2 | Saure Nierle vom A,A1,A3,1,4<br>Schwein dazu<br>Bratkartoffeln 1                                                                            | Bunter Kartoffel-Auflauf A,A1,A3,G,I,1,12<br>mit Gemüse (BIO<br>Kartoffeln) dazu<br>Blattsalat mit<br>Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,4 | Apfelschnee G,3                    |
| <b>Donnerstag,<br/>12.11.2026</b> | Zwiebelsuppe I                 | Putengeschnetzeltes in A,A1,A3,G,I,1<br>Champignonrahmsauce<br>dazu<br>BIO Fusilli und A,A1<br>Blattsalat mit<br>Joghurt dressing A,A1,C,G,J,L,5 | Ein Hähnchenbrustfilet<br>natur in<br>Currysauce dazu A,A1,A3,G<br>BIO Basmati-Reis und<br>Asiagemüse G,I,1,2     | Zwei gerollte Maultaschen A,A1,C,I<br>(Schwein) in<br>Zwiebelsauce dazu A,A1,A3,I,J<br>Kartoffelsalat J,I,2                                 | Zwei Semmelknödel mit<br>Champignonragout dazu A,A1,A3,G,I<br>Blattsalat mit<br>Joghurt dressing A,A1,C,G,J,L,5                     | Milchpudding Butterkeks A,A1,G     |
| <b>Freitag,<br/>13.11.2026</b>    | Bärlauchcremesuppe A,A1,A3,G,I | BIO Penne mit A,A1<br>Käsesauce dazu G,I<br>Gurkensalat 1,4                                                                                      | Ein Hokifilet natur in<br>Zitronensauce dazu A,A1,A3,G,I<br>Bandnudeln und A,A1,C<br>Brokkoligemüse G,I,1,2       | Gulaschsuppe (Rind) A,A1,A3,G,I<br>dazu<br>ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3                                                                  | Vegetarische Bolognese G,I,12<br>mit buntem Gemüse dazu<br>BIO Würfelkartoffeln und<br>Gurkensalat 1,4                              | Fruchtjoghurt G,3<br>Kirsch-Banane |

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,  
 B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,  
 H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,  
 I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,  
 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 46 von 09.11.2026 bis 15.11.2026

|                           | Vorsuppe                                                                                                                                                                 | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Menü 3 - Schule                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Menü 4 - Schule                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dessert Schule                                                                                                                                                                  |
|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag,<br>09.11.2026     | Karottencremesuppe<br>kJ 213 / kcal 51 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 6,0 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,1 | BIO Allgäuer Käsespätzle dazu<br>kJ 149 / kcal 36 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Rigatoni al forno (Rind) dazu<br>kJ 595 / kcal 142 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,2 / Kohlenhydrate 12,0 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 9,8 / Salz 1,0<br>Krautsalat<br>kJ 215 / kcal 51 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Ein Fleischküchle (Schwein) in<br>kJ 843 / kcal 201 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,5 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,4<br>Bratensauce dazu<br>kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4<br>Kartoffelpüree und<br>kJ 282 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 10,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7<br>Kaisergemüse<br>kJ 198 / kcal 47 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 4,2 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,8 | Vegetarische Krautschupfnudeln<br>kJ 122 / kcal 29 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 3,7 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 1,2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Quark Dessert Vanilla<br>kJ 497 / kcal 118 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 13,8 / davon Zucker 12,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1  |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
| Dienstag,<br>10.11.2026   | Tomatencremesuppe<br>kJ 191 / kcal 46 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9  | Ein Seelachs Filet natur in<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0<br>Kräutersauce dazu<br>kJ 191 / kcal 46 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,1<br>BIO Salzkartoffeln und<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3<br>Erbsengemüse<br>kJ 400 / kcal 96 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,1 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 5,0 / Eiweiß 6,8 / Salz 0,8            | Hühnerfrikassee dazu<br>kJ 394 / kcal 94 / Fett 5,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 7,8 / Salz 1,2<br>BIO Basmati-Reis und<br>kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3<br>Mischgemüse<br>kJ 144 / kcal 34 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,8                                                                                                                                                                                       | Tortellini mit Ricotta-Spinatfüllung dazu<br>kJ 725 / kcal 172 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 30,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 7,2 / Salz 0,8<br>Schinken-Sahnesauce (Schwein) und<br>kJ 441 / kcal 105 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 6,0 / Salz 1,1<br>Karottensalat<br>kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0                                                                                                                                               | Drei Eierpfannkuchen mit Kirschfüllung dazu<br>kJ 722 / kcal 171 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 28,7 / davon Zucker 12,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,5 / Salz 0,4<br>Dessertsauce mit Vanillegeschmack<br>kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | BIO Milchpudding Schoko<br>kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
| Mittwoch,<br>11.11.2026   | Grünkernsuppe<br>kJ 205 / kcal 49 / Fett 2,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 5,2 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,2 / Salz 1,2      | BIO Vollkorn-Spaghetti mit<br>kJ 478 / kcal 114 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 21,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 4,3 / Salz 1,9<br>BIO Brokkoli-Sahnesauce dazu<br>kJ 281 / kcal 67 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,5 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,9<br>Reibekäse<br>kJ 1305 / kcal 314 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 1,7                                                                                                                                                                             | BIO Fusilli mit<br>kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0<br>vier Mini-Rinderfrikadellen in<br>kJ 980 / kcal 235 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,3 / Kohlenhydrate 7,8 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,6<br>Tomatensauce dazu<br>kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1<br>Karottengemüse<br>kJ 222 / kcal 53 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 9,1 / davon Zucker 7,7 / Ballaststoffe 3,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,0 | Saure Nierle vom Schwein dazu<br>kJ 207 / kcal 50 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 7,1 / Salz 0,3<br>Bratkartoffeln<br>kJ 531 / kcal 127 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 21,1 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Bunter Kartoffel-Auflauf mit Gemüse (BIO Kartoffeln) dazu<br>kJ 447 / kcal 107 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 7,1 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 5,8 / Salz 0,8<br>Blattsalat mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0<br>Frenchdressing<br>kJ 755 / kcal 180 / Fett 18,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,5                                                                                                                                          | Apfelschnee<br>kJ 389 / kcal 93 / Fett 2,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 16,1 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,3 / Salz 0,1             |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
| Donnerstag,<br>12.11.2026 | Zwiebelsuppe<br>kJ 71 / kcal 17 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,2        | Putengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce<br>kJ 100 / kcal 24 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,3 / Salz 0,6<br>BIO Fusilli und<br>kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0<br>Blattsalat mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0<br>Joghurt dressing<br>kJ 609 / kcal 146 / Fett 11,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 6,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,6 | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>kJ 524 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7<br>Currysauce dazu<br>kJ 378 / kcal 90 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,2 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 1,1<br>BIO Basmati-Reis und<br>kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3<br>Asiagemüse<br>kJ 254 / kcal 61 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 9,5 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 2,3 / Salz 1,5  | Zwei gerollte Maultaschen (Schwein) in<br>kJ 799 / kcal 186 / Fett 7,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 8,7 / Salz 1,6<br>Zwiebelsauce dazu<br>kJ 90 / kcal 21 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,1<br>Kartoffelsalat<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                                                                                                                                                                        | Zwei Semmelknödel mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0<br>Champignonragout dazu<br>kJ 208 / kcal 50 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,6 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 3,6 / Salz 0,8<br>Blattsalat mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0<br>Joghurt dressing<br>kJ 609 / kcal 146 / Fett 11,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 6,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,6 | Milchpudding Butterkeks<br>kJ 333 / kcal 79 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |
|                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                 |

Menüplan für KW 46 von 09.11.2026 bis 15.11.2026

|                        | Vorsuppe                                                                                                                                                                 | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                       | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                           | Menü 3 - Schule                                                                                                                                                                  | Menü 4 - Schule                                                                                                                                                                                     | Dessert Schule                                                                                                                                                                      |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Freitag,<br>13.11.2026 | Bärlauchcremesuppe<br>kJ 174 / kcal 42 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,3 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,8 | BIO Penne mit<br>kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,1 | Ein Hokifilet natur in<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0 | Gulaschsuppe (Rind) dazu<br>kJ 259 / kcal 62 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 7,6 / Salz 1,1   | Vegetarische Bolognese mit buntem Gemüse dazu<br>kJ 159 / kcal 38 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,9 | Fruchtjoghurt Kirsch-Banane<br>kJ 405 / kcal 96 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 12,8 / davon Zucker 12,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1 |
|                        |                                                                                                                                                                          | Käsesauce dazu<br>kJ 536 / kcal 128 / Fett 9,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,9 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 6,3 / Salz 0,7 | Zitronensauce dazu<br>kJ 239 / kcal 57 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,8 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,9 / Salz 1,2  | ein BIO Knusperbrötchen<br>kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6 | BIO Würfelkartoffeln und<br>kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,1                     |                                                                                                                                                                                     |
|                        |                                                                                                                                                                          | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8     | Bandnudeln und<br>kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2    |                                                                                                                                                                                  | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8                                   |                                                                                                                                                                                     |
|                        |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                       | Brokkoligemüse<br>kJ 200 / kcal 48 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,5 / Salz 0,7      |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                     |

So viel mehr als nur Essen.  
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

**Menüplan für KW 47 von 16.11.2026 bis 22.11.2026**

|                                   | Vorsuppe            | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                         | Menü 2 - Schule                                                                                        | Menü 3 - Schule                                                                                       | Menü 4 - Schule                                                                       | Dessert Schule                                                                      |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>16.11.2026</b>     | Eiermuschelsuppe    | Ein Eieromelette natur dazu<br>Rahmspinat (BIO Spinat) dazu<br>BIO Salzkartoffeln                                                                                       | Eine Currywurst (Geflügel) in<br>pikanter Sauce dazu<br>vier Kartoffel Rösti-Taler und<br>Bohnengemüse | Eine Scheibe Fleischkäse<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>Kartoffelpüree und<br>Rote-Bete-Salat | Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne                                                            | BIO Milchpudding Schoko                                                             |
|                                   |                     |       |                     |                    |    |  |
| <b>Dienstag,<br/>17.11.2026</b>   | Kohlrabicremesuppe  | BIO Rote-Linsenbolognese mit<br>Rigatoni dazu<br>Reibekäse                                                                                                              | Ein Hähnchenschenkel mit<br>Curry-Reis dazu<br>Gurkensalat                                             | Linzen mit<br>Eierspätzle dazu<br>zwei Saitenwürste (Schwein)                                         | Vegetarischer Maultaschenaufauf<br>dazu<br>Gurkensalat                                | Fruchtquark Dessert Mandarine                                                       |
|                                   |                     |       |                     |                    |    |                                                                                     |
| <b>Mittwoch,<br/>18.11.2026</b>   | Champignonrahmsuppe | Würstchengulasch (Geflügel) in<br>Tomatensauce mit<br>BIO Gnocchi dazu<br>Karottensalat                                                                                 | Ein Pangasiusfilet natur in<br>Dillsauce dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Karottensalat               | Eine Scheibe Kassler (Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>Schupfnudeln und<br>Bayerisch Kraut          | Zwei Apfelstrudel mit<br>Dessertsauce mit<br>Vanillegeschmack                         | Nuss-Nougat Pudding                                                                 |
|                                   |                     |       |                     |                    |    |                                                                                     |
| <b>Donnerstag,<br/>19.11.2026</b> | Brokkolicremesuppe  | Lachs-Kartoffelsuppe dazu<br>eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot                                                                                                            | Makkaroni-Hackfleischauflauf<br>(Rind) dazu<br>Mais-Paprikasalat                                       | Ein Schweinesteak natur in<br>Rahmsauce dazu<br>Bratkartoffeln<br>Romanobohnengemüse                  | Bandnudeln mit<br>Kürbisragout                                                        | Pfirsich-Maracuja Joghurt                                                           |
|                                   |                     |   |                   |                  |  |                                                                                     |
| <b>Freitag,<br/>20.11.2026</b>    | Flädle<br>Suppe     | Gemüsebolognese mit BIO<br>Gemüse dazu<br>BIO Fusilli                                                                                                                   | BIO Spaghetti mit<br>Carbonara Sauce (Pute) dazu<br>Reibekäse und<br>Gurkensalat                       | Schlachtplatte<br>eine Leberwurst und<br>eine Blutwurst dazu<br>Kartoffelpüree und<br>Sauerkraut      | Spätzle Auflauf mit Spinat dazu<br>Blattsalat mit<br>Frenchdressing                   | Buttermilch Dessert Heidelbeere                                                     |
|                                   |                     |   |                   |                  |  |                                                                                     |

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigegefütem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 47 von 16.11.2026 bis 22.11.2026

|                                   | Vorsuppe                          | Menü 1 - Schule                                                                                                | Menü 2 - Schule                                                                                                             | Menü 3 - Schule                                                                                                               | Menü 4 - Schule                                                                                   | Dessert Schule                       |
|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>16.11.2026</b>     | Eiermuschelsuppe A,A1,C,I,4       | Ein Eieromelette natur C,G<br>dazu<br>Rahmspinat (BIO Spinat) G,I<br>dazu<br>BIO Salzkartoffeln                | Eine Currywurst J,3,8<br>(Geflügel) in<br>pikanter Sauce dazu I,J<br>vier Kartoffel Rösti-Taler<br>und<br>Bohnenngemüse G,I | Eine Scheibe Fleischkäse 2,3,8<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Kartoffelpüree und G,1<br>Rote-Bete-Salat 9 | Bunte A,A1,I,2,3,12<br>Gnocchi-Gemüsepfanne                                                       | BIO Milchpudding Schoko G            |
| <b>Dienstag,<br/>17.11.2026</b>   | Kohlrabicremesuppe G              | BIO Rote-Linsenbolognese mit I<br>Rigatoni dazu A,A1<br>Reibekäse G,12                                         | Ein Hähnchenschenkel mit<br>Curry-Reis dazu<br>Gurkensalat 1,4                                                              | Linsen mit A,A1,A3,I,1,4<br>Eierspätzle dazu<br>zwei Saitenwürste 2,3,8,12<br>(Schwein)                                       | Vegetarischer A,A1,C,G,I<br>Maultaschenauflauf dazu<br>Gurkensalat 1,4                            | Fruchtquark Dessert G<br>Mandarine   |
| <b>Mittwoch,<br/>18.11.2026</b>   | Champignonrahmsuppe G,I           | Würstchengulasch A,A1,G<br>(Geflügel) in<br>Tomatensauce mit<br>BIO Gnocchi dazu A,A1<br>Karottensalat G,I,1,4 | Ein Pangasiusfilet natur in<br>Dillsauce dazu A,A1,A3,G,I<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Karottensalat G,I,1,4                | Eine Scheibe Kassler 2,3,8<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Schupfnudeln und A,A1,C,12<br>Bayerisch Kraut I | Zwei Apfelstrudel mit A,A1<br>Dessertsauce mit G<br>Vanillegeschmack                              | Nuss-Nougat Pudding G,H,H2           |
| <b>Donnerstag,<br/>19.11.2026</b> | Brokkolicremesuppe A,A1,A3,G,I    | Lachs-Kartoffelsuppe D,G,I<br>dazu<br>eine Scheibe BIO A,A1,A2,A4,K<br>Vollkorn- Brot                          | Makkaroni-Hackfleischauflauf A,A1,A3,C,G,I,12<br>(Rind) dazu<br>Mais-Paprikasalat J,L,5                                     | Ein Schweinesteak natur A,A1<br>in<br>Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1<br>Bratkartoffeln 1<br>Romanobohnengemüse G,I,1            | Bandnudeln mit A,A1,C<br>Kürbisragout A,A1,A3,G,I                                                 | Pfirsich-Maracuja Joghurt G          |
| <b>Freitag,<br/>20.11.2026</b>    | Flädle A,A1,C,G<br>Suppe A,A1,I,4 | Gemüsebolognese mit I,12<br>BIO Gemüse dazu<br>BIO Fusilli A,A1                                                | BIO Spaghetti mit A,A1<br>Carbonara Sauce (Pute) A,A1,A3,G,I,2,3,8<br>dazu<br>Reibekäse und G,12<br>Gurkensalat 1,4         | Schlachtplatte<br>eine Leberwurst und 2,12<br>eine Blutwurst dazu 2,12<br>Kartoffelpüree und G,1<br>Sauerkraut I,3            | Spätzle Auflauf mit Spinat A,A1,A3,G,I<br>dazu<br>Blattsalat mit<br>Frenchdressing A,A1,C,I,J,1,4 | Buttermilch Dessert G<br>Heidelbeere |

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,  
 B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,  
 H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,  
 I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,  
 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 47 von 16.11.2026 bis 22.11.2026

|                           | Vorsuppe                                                                                                                                                                  | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                                                       | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                                           | Menü 3 - Schule                                                                                                                                                                                  | Menü 4 - Schule                                                                                                                                                                               | Dessert Schule                                                                                                                                                                         |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag,<br>16.11.2026     | Eiermuschelsuppe<br>kJ 12 / kcal 3 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,1 / Salz 0,2      | Ein Eieromelette natur dazu<br>kJ 612 / kcal 147 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,1                   | Eine Currywurst (Geflügel) in<br>kJ 837 / kcal 201 / Fett 15,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 15,0 / Salz 1,7    | Eine Scheibe Fleischkäse (Schwein) in<br>kJ 1235 / kcal 299 / Fett 27,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,3 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,5 / Salz 1,8 | Bunte Gnocchi-Gemüsepfanne<br>kJ 302 / kcal 72 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 3,2 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,8 / Salz 0,9             | BIO Milchpudding Schoko<br>kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1        |
|                           |                                                                                                                                                                           | Rahmspinat (BIO Spinat) dazu<br>kJ 203 / kcal 49 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,8 / Salz 1,6                    | pikanter Sauce dazu<br>kJ 285 / kcal 68 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 10,7 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 0,8 / Salz 2,3               | Bratensauce dazu<br>kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4                            |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           | BIO Salzkartoffeln<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3                             | vier Kartoffel Rösti-Taler und<br>kJ 706 / kcal 169 / Fett 8,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 2,6 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,9    | Kartoffelpüree und<br>kJ 282 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 10,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7                        |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | Bohnergemüse<br>kJ 156 / kcal 37 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,9                        | Rote-Bete-Salat<br>kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9                             |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
| Dienstag,<br>17.11.2026   | Kohlribicremesuppe<br>kJ 86 / kcal 20 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,5 / Salz 0,5   | BIO Rote-Linsenbolognese mit<br>kJ 290 / kcal 69 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 9,7 / davon Zucker 5,1 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 4,0 / Salz 1,7                    | Ein Hähnchenschenkel mit<br>kJ 809 / kcal 194 / Fett 12,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,0 / Salz 1,3         | Linsen mit<br>kJ 296 / kcal 71 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 11,1 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 2,9 / Eiweiß 4,2 / Salz 1,6                                | Vegetarischer Maultaschenauflauf dazu<br>kJ 469 / kcal 112 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 11,9 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,3 | Fruchtquark Dessert Mandarine<br>kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1 |
|                           |                                                                                                                                                                           | Rigatoni dazu<br>kJ 648 / kcal 155 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 31,4 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 5,6 / Salz 1,6                                 | Curry-Reis dazu<br>kJ 604 / kcal 144 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 31,3 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,0 / Salz 2,6                   | Eierspätzle dazu<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                              | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5                           |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           | Reibekäse<br>kJ 1265 / kcal 302 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 14,0 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 26,0 / Salz 1,3                                  | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8                         | zwei Saitenwürste (Schwein)<br>kJ 1170 / kcal 283 / Fett 25,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 10,0 / Kohlenhydrate 0,4 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,5           |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
| Mittwoch,<br>18.11.2026   | Champignonrahmsuppe<br>kJ 185 / kcal 44 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,0 | Würstchengulasch (Geflügel) in Tomatensauce mit<br>kJ 102 / kcal 24 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,9 | Ein Pangasiusfilet natur in<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0            | Eine Scheibe Kassler (Schwein) in<br>kJ 994 / kcal 238 / Fett 16,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,0 / Kohlenhydrate 1,2 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 20,4 / Salz 2,8       | Zwei Apfelstrudel mit<br>kJ 668 / kcal 158 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 33,0 / davon Zucker 15,0 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,4                | Nuss-Nougat Pudding<br>kJ 478 / kcal 114 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,2           |
|                           |                                                                                                                                                                           | BIO Gnocchi dazu<br>kJ 646 / kcal 152 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 33,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,0                              | Dillsauce dazu<br>kJ 283 / kcal 68 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 3,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,8                      | Bratensauce dazu<br>kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4                            | Dessertsauce mit Vanillegeschmack<br>kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2    |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           | Karottensalat<br>kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0                                 | BIO Salzkartoffeln und<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3             | Schupfnudeln und<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                              |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | Karottensalat<br>kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0                     | Bayerisch Kraut<br>kJ 157 / kcal 38 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 6,5 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,4                            |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
| Donnerstag,<br>19.11.2026 | Brokkolicremesuppe<br>kJ 148 / kcal 35 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,0  | Lachs-Kartoffelsuppe dazu<br>kJ 253 / kcal 60 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 7,2 / davon Zucker 2,1 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,3 / Salz 1,5                       | Makkaroni-Hackfleisch (Rind) dazu<br>kJ 609 / kcal 146 / Fett 7,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 10,9 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 8,5 / Salz 0,6 | Ein Schweinesteak natur in<br>kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3               | Bandnudeln mit<br>kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2                        | Pfirsich-Maracuja Joghurt<br>kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1      |
|                           |                                                                                                                                                                           | eine Scheibe BIO Vollkorn- Brot<br>kJ 912 / kcal 216 / Fett 2,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 37,7 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 7,0 / Salz 1,5               | Mais-Paprikasalat<br>kJ 384 / kcal 92 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,8                   | Rahmsauce dazu<br>kJ 306 / kcal 73 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,9 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3                             | Kürbisragout<br>kJ 211 / kcal 50 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 8,7 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,8 / Salz 1,6                            |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           | Bratkartoffeln<br>kJ 531 / kcal 127 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 21,1 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,6                           |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |
|                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           | Romanobohnengemüse<br>kJ 148 / kcal 35 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 3,7 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 1,6 / Salz 0,7                         |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                        |

Menüplan für KW 47 von 16.11.2026 bis 22.11.2026

|                        | Vorsuppe |                                                                                                                                                                   | Menü 1 - Schule                     |                                                                                                                                                                 | Menü 2 - Schule             |                                                                                                                                                                    | Menü 3 - Schule     |                                                                                                                                                                    | Menü 4 - Schule                 |                                                                                                                                                                 | Dessert Schule                  |                                                                                                                                                                  |
|------------------------|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Freitag,<br>20.11.2026 | Flädle   | <div>kJ 1372 / kcal 329 / Fett 21,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 25,0 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 1,5 / Eiweiß 9,3 / Salz 0,9</div> | Gemüsebolognese mit BIO Gemüse dazu | <div>kJ 167 / kcal 40 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,7 / davon Zucker 5,2 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,1</div>   | BIO Spaghetti mit           | <div>kJ 501 / kcal 120 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,2</div>    | Schlachtplatte      | <div>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0</div>         | Spätzle Auflauf mit Spinat dazu | <div>kJ 332 / kcal 79 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,7</div>   | Buttermilch Dessert Heidelbeere | <div>kJ 447 / kcal 106 / Fett 3,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,1</div> |
|                        | Suppe    | <div>kJ 20 / kcal 5 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,1 / Salz 1,0</div>       | BIO Fusilli                         | <div>kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,0</div> | Carbonara Sauce (Pute) dazu | <div>kJ 290 / kcal 69 / Fett 4,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 5,5 / Salz 0,9</div>      | eine Leberwurst und | <div>kJ 1522 / kcal 364 / Fett 34,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,5 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 13,0 / Salz 2,0</div> | Blattsalat mit                  | <div>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0</div>      |                                 |                                                                                                                                                                  |
|                        |          |                                                                                                                                                                   |                                     |                                                                                                                                                                 | Reibekäse und               | <div>kJ 1305 / kcal 314 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 1,7</div> | eine Blutwurst dazu | <div>kJ 1570 / kcal 375 / Fett 35,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 13,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 14,0 / Salz 2,0</div> | Frenchdressing                  | <div>kJ 755 / kcal 180 / Fett 18,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,5</div> |                                 |                                                                                                                                                                  |
|                        |          |                                                                                                                                                                   |                                     |                                                                                                                                                                 | Gurkensalat                 | <div>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8</div>      | Kartoffelpüree und  | <div>kJ 282 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 10,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7</div>     |                                 |                                                                                                                                                                 |                                 |                                                                                                                                                                  |
|                        |          |                                                                                                                                                                   |                                     |                                                                                                                                                                 |                             |                                                                                                                                                                    | Sauerkraut          | <div>kJ 151 / kcal 36 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,4</div>      |                                 |                                                                                                                                                                 |                                 |                                                                                                                                                                  |

So viel mehr als nur Essen.  
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

**Menüplan für KW 48 von 23.11.2026 bis 29.11.2026**

|                                   | Vorsuppe        | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                         | Menü 2 - Schule                                                                                         | Menü 3 - Schule                                                                                         | Menü 4 - Schule                                                                          | Dessert Schule                                                                        |
|-----------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag,<br/>23.11.2026</b>     | Lauchcremesuppe | BIO Vollkorn-Penne mit<br>BIO Spinat-Sahnesauce dazu<br>Reibekäse und<br>Krautsalat                                                                                     | Eine Geflügelbratwurst in<br>Bratensauce dazu<br>Hörnchennudeln und<br>Kaisergemüse                     | Ein Fleischkuchle (Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>Kartoffelsalat                                    | Vegetarischer Maultaschenaufauf                                                          | BIO Milchpudding Schoko                                                               |
|                                   |                 |       |                      |                      |       |    |
| <b>Dienstag,<br/>24.11.2026</b>   | Paprikasamtuppe | Farfalle mit<br>Lachs-Sahnesauce dazu<br>BIO Blumenkohl Gemüse                                                                                                          | Tortellini al forno (Rind) dazu<br>Gurkensalat                                                          | Saure Kutteln (Rind) in feiner<br>Sauce dazu<br>Bratkartoffeln                                          | Drei Spinatknödel mit<br>Käsesauce dazu<br>Gurkensalat                                   | Fruchtquark-Dessert Birne                                                             |
|                                   |                 |       |                      |                      |       |                                                                                       |
| <b>Mittwoch,<br/>25.11.2026</b>   | Steckrübensuppe | Ein Eieromelette natur mit<br>Baked Beans dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Karottensalat                                                                               | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>Rahmsauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Rosenkohl Gemüse           | Ein Schweineschnitzel paniert mit<br>Bratensauce dazu<br>Käsespätzle (BIO Spätzle) und<br>Karottensalat | Kaiserschmarrn mit<br>Apfelmus                                                           | Stracciatella Joghurt                                                                 |
|                                   |                 |       |                      |                      |       |                                                                                       |
| <b>Donnerstag,<br/>26.11.2026</b> | Grießsuppe      | Bunter Nudelauf mit BIO<br>Gemüse                                                                                                                                       | Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art"<br>mit<br>Remoulade dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Erbsengemüse | Schweinegeschnetzeltes in<br>Rahmsauce dazu<br>sieben Kroketten und<br>Rote-Bete-Salat                  | BIO Penne mit<br>Basilikum-Pestosauce dazu<br>Reibekäse                                  | BIO Milchpudding Vanille                                                              |
|                                   |                 |   |                    |                    |     |  |
| <b>Freitag,<br/>27.11.2026</b>    | Linsensuppe     | Sechs Chicken Nuggets mit<br>Tomatensauce dazu<br>BIO Bulgur und<br>Mais-Paprikasalat                                                                                   | Hähnchengeschnetzeltes in<br>Zitronensauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Mais-Paprikasalat            | Eine Kohlroulade (Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>BIO Kräuterkartoffeln und<br>Wirsingrahmgemüse     | Drei Eierpfannkuchen natur dazu<br>Gemüsebolognese und<br>Blattsalat mit<br>Senfdressing | Früchtequark Dessert Erdbeere                                                         |
|                                   |                 |   |                    |                    |     |                                                                                       |

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

## Menüplan für KW 48 von 23.11.2026 bis 29.11.2026

|                                   | Vorsuppe                      | Menü 1 - Schule                                                                                              | Menü 2 - Schule                                                                                                                      | Menü 3 - Schule                                                                                                                            | Menü 4 - Schule                                                                                                   | Dessert Schule                    |
|-----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Montag,<br/>23.11.2026</b>     | Lauchcremesuppe A,A1,A3,G,I,4 | BIO Vollkorn-Penne mit A,A1<br>BIO Spinat-Sahnesauce G,I<br>Reibekäse und G,12<br>Krautsalat 3               | Eine Geflügelbratwurst in I,J,3,8<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,G,I,1<br>Hörnchennudeln und A,A1,C<br>Kaisergemüse G,I,1               | Ein Fleischküchle A,A1,C,3<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Kartoffelsalat J,1,2                                         | Vegetarischer A,A1,C,G,I<br>Maultaschenauflauf                                                                    | BIO Milchpudding Schoko G         |
| <b>Dienstag,<br/>24.11.2026</b>   | Paprikasamtsuppe A,A1,G,I     | Farfalle mit A,A1<br>Lachs-Sahnesauce dazu A,A1,A3,D,G<br>BIO Blumenkohl Gemüse G,1,2                        | Tortellini al forno (Rind) A,A1,C,G,I,12<br>dazu<br>Gurkensalat 1,4                                                                  | Saure Kutteln (Rind) in A,A1,A3,F,G,I,J,1,3,4<br>feiner Sauce dazu<br>Bratkartoffeln                                                       | Drei Spinatknödel mit A,A1,C,G<br>Käsesauce dazu A,A1,A3,G,I<br>Gurkensalat 1,4                                   | Fruchtquark-Dessert G<br>Birne    |
| <b>Mittwoch,<br/>25.11.2026</b>   | Steckrübensuppe A,A1,A3,G,I   | Ein Eieromelette natur mit C,G<br>Baked Beans dazu I,3<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Karottensalat G,I,1,4    | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1<br>BIO Basmati-Reis und<br>Rosenkohl Gemüse G,I,1,2                  | Ein Schweineschnitzel A,A1<br>paniert mit<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Käsespätzle (BIO G,I<br>Spätzle) und<br>Karottensalat G,I,1,4 | Kaiserschmarrn mit<br>Apfelmus 3                                                                                  | Stracciatella Joghurt G           |
| <b>Donnerstag,<br/>26.11.2026</b> | Grießsuppe A,A1,I,4           | Bunter Nudelaufwurf mit A,A1,G,I<br>BIO Gemüse                                                               | Ein Hoki-filet paniert A,A1,D,G,J<br>"Müllerin-Art" mit<br>Remoulade dazu A,A1,C,J,1,9<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Erbsengemüse G,I | Schweinegeschnetzeltes A,A1,A3,G,I,1<br>in Rahmsauce dazu<br>sieben Kroketten und G<br>Rote-Bete-Salat 9                                   | BIO Penne mit A,A1<br>Basilikum-Pestosauce A,A1,A3,G,I,2,3<br>dazu<br>Reibekäse G,12                              | BIO Milchpudding Vanille G        |
| <b>Freitag,<br/>27.11.2026</b>    | Linsensuppe A,A1,I,1,4        | Sechs Chicken Nuggets A,A1,8<br>mit<br>Tomatensauce dazu<br>BIO Bulgur und A,A1,I<br>Mais-Paprikasalat J,L,5 | Hähnchengeschnetzeltes A,A1,A3,G,I<br>in Zitronensauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Mais-Paprikasalat J,L,5                       | Eine Kohlroulade A,A1<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>BIO Kräuterkartoffeln und 1,2<br>Wirsingrahmgemüse A,A1,A3,G,I    | Drei Eierpfannkuchen A,A1,C,G<br>natur dazu<br>Gemüsebolognese und G,I,12<br>Blattsalat mit<br>Senfdressing J,1,4 | Fruchtquark Dessert G<br>Erdbeere |

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,  
 B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,  
 H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,  
 I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,  
 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 48 von 23.11.2026 bis 29.11.2026

|                           | Vorsuppe                                                                                                                                                              | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                                            | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                                                  | Menü 3 - Schule                                                                                                                                                                                  | Menü 4 - Schule                                                                                                                                                                          | Dessert Schule                                                                                                                                                                     |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag,<br>23.11.2026     | Lauchcremesuppe<br>kJ 151 / kcal 36 / Fett 2,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,6 / Salz 1,2 | BIO Vollkorn-Penne mit<br>kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,0             | Eine Geflügelbratwurst in<br>kJ 914 / kcal 220 / Fett 17,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 5,8 / Kohlenhydrate 0,5 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 16,0 / Salz 1,8               | Ein Fleischküchle (Schwein) in<br>kJ 843 / kcal 201 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,5 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,4         | Vegetarischer Maultaschenauflauf<br>kJ 469 / kcal 112 / Fett 4,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 11,9 / davon Zucker 4,1 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,2 / Salz 1,3 | BIO Milchpudding Schoko<br>kJ 363 / kcal 86 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,1    |
|                           |                                                                                                                                                                       | BIO Spinat-Sahnesauce dazu<br>kJ 254 / kcal 61 / Fett 3,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,4           | Bratensauce dazu<br>kJ 57 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,2 / Salz 1,1                            | Bratensauce dazu<br>kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4                            |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       | Reibekäse und<br>kJ 1461 / kcal 352 / Fett 28,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 20,0 / Kohlenhydrate 2,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 2,0                   | Hörnchennudeln und<br>kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1                       | Kartoffelsalat<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                                |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       | Krautsalat<br>kJ 215 / kcal 51 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,2                           | Kaisergemüse<br>kJ 198 / kcal 47 / Fett 1,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 4,2 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,8                               |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |
| Dienstag,<br>24.11.2026   | Paprikasamtuppe<br>kJ 122 / kcal 29 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 0,6 / Salz 0,7 | Farfalle mit<br>kJ 560 / kcal 134 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 27,1 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,2                       | Tortellini al forno (Rind) dazu<br>kJ 734 / kcal 175 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 14,3 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 12,2 / Salz 0,9         | Saure Kutteln (Rind) in feiner Sauce dazu<br>kJ 263 / kcal 63 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 2,9 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 10,3 / Salz 1,2 | Drei Spinatknödel mit<br>kJ 797 / kcal 190 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,3 / Kohlenhydrate 23,0 / davon Zucker 4,0 / Ballaststoffe 2,7 / Eiweiß 10,0 / Salz 1,3           | Fruchtquark-Dessert Birne<br>kJ 504 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,1 / davon Zucker 12,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1 |
|                           |                                                                                                                                                                       | Lachs-Sahnesauce dazu<br>kJ 452 / kcal 108 / Fett 8,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,8 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 2,2 / Ballaststoffe 0,3 / Eiweiß 5,5 / Salz 1,1               | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8                                | Bratkartoffeln<br>kJ 515 / kcal 122 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 21,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,7 / Salz 0,2                           | Käsesauce dazu<br>kJ 502 / kcal 120 / Fett 9,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,2 / Kohlenhydrate 4,3 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,7 / Salz 1,2                    |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       | BIO Blumenkohlgemüse<br>kJ 199 / kcal 47 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 3,3 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,7                 |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                  | Gurkensalat<br>kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8                        |                                                                                                                                                                                    |
| Mittwoch,<br>25.11.2026   | Steckrübensuppe<br>kJ 124 / kcal 30 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 4,2 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,9 / Salz 1,0 | Ein Eieromelette natur mit<br>kJ 612 / kcal 147 / Fett 9,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,7 / Kohlenhydrate 5,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 11,0 / Salz 1,1         | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>kJ 524 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7          | Ein Schweineschnitzel paniert mit<br>kJ 1009 / kcal 241 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 19,0 / Salz 1,6     | Kaiserschmarrn mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0                    | Stracciatella Joghurt<br>kJ 493 / kcal 117 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,7 / davon Zucker 14,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,0 / Salz 0,1     |
|                           |                                                                                                                                                                       | Baked Beans dazu<br>kJ 344 / kcal 82 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 13,8 / davon Zucker 5,5 / Ballaststoffe 3,4 / Eiweiß 4,0 / Salz 1,3                    | Rahmsauce dazu<br>kJ 191 / kcal 46 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2                             | Bratensauce dazu<br>kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4                            | Apfelmus<br>kJ 293 / kcal 69 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 15,8 / davon Zucker 14,3 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 0,2 / Salz 0,0                         |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       | BIO Salzkartoffeln und<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3              | BIO Basmati-Reis und<br>kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3                     | Käsespätzle (BIO Spätzle) und<br>kJ 313 / kcal 75 / Fett 5,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,5 / Kohlenhydrate 1,6 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 4,9 / Salz 0,3              |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       | Karottensalat<br>kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0                      | Rosenkohlgemüse<br>kJ 205 / kcal 49 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 5,3 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 4,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 0,8                            | Karottensalat<br>kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0                            |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |
| Donnerstag,<br>26.11.2026 | Grießsuppe<br>kJ 62 / kcal 15 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,8       | Bunter Nudelauflauf mit BIO Gemüse<br>kJ 663 / kcal 158 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,4 / Kohlenhydrate 23,1 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 6,2 / Salz 1,1 | Ein Hokifilet paniert "Müllerin-Art" mit<br>kJ 636 / kcal 152 / Fett 7,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 7,7 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 14,0 / Salz 1,0 | Schweinegeschnetzeltes in Rahmsauce dazu<br>kJ 429 / kcal 103 / Fett 4,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,6 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,3 / Salz 1,1 | BIO Penne mit<br>kJ 586 / kcal 140 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 28,4 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 4,8 / Salz 0,1                    | BIO Milchpudding Vanille<br>kJ 352 / kcal 83 / Fett 1,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,1   |
|                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            | Remoulade dazu<br>kJ 1963 / kcal 477 / Fett 50,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,7 / Salz 1,3                          | sieben Kroketten und<br>kJ 715 / kcal 170 / Fett 5,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 26,5 / davon Zucker 1,9 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,8                     | Basilikum-Pestosauce dazu<br>kJ 295 / kcal 70 / Fett 5,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,8 / Kohlenhydrate 3,3 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,9          |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            | BIO Salzkartoffeln und<br>kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3                    | Rote-Bete-Salat<br>kJ 94 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9                             | Reibekäse<br>kJ 1305 / kcal 314 / Fett 23,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 15,0 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 25,0 / Salz 1,7                     |                                                                                                                                                                                    |
|                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            | Erbsengemüse<br>kJ 400 / kcal 96 / Fett 1,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,1 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 5,0 / Eiweiß 6,8 / Salz 0,8                              |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |

Menüplan für KW 48 von 23.11.2026 bis 29.11.2026

|                        | Vorsuppe    |                                                                                                                                                    | Menü 1 - Schule           |                                                                                                                                                        | Menü 2 - Schule                              |                                                                                                                                                      | Menü 3 - Schule               |                                                                                                                                                      | Menü 4 - Schule                 |                                                                                                                                                      | Dessert Schule                |                                                                                                                                                       |
|------------------------|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Freitag,<br>27.11.2026 | Linsensuppe | kJ 152 / kcal 36 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,8 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 2,2 / Salz 1,3 | Sechs Chicken Nuggets mit | kJ 855 / kcal 204 / Fett 11,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,7 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 12,0 / Salz 1,1 | Hähnchengeschnetzeltes in Zitronensauce dazu | kJ 338 / kcal 81 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,9 / Kohlenhydrate 2,8 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 9,7 / Salz 1,3   | Eine Kohlroulade (Schwein) in | kJ 661 / kcal 159 / Fett 12,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,6 / Kohlenhydrate 4,8 / davon Zucker 3,0 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 7,0 / Salz 1,0 | Drei Eierpfannkuchen natur dazu | kJ 733 / kcal 174 / Fett 5,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,5 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 2,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 7,3 / Salz 0,4 | Früchtequark Dessert Erdbeere | kJ 505 / kcal 120 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 14,2 / davon Zucker 12,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1 |
|                        |             |                                                                                                                                                    | Tomatensauce dazu         | kJ 161 / kcal 38 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 5,3 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,1     | BIO Basmati-Reis und                         | kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3 | Bratensauce dazu              | kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4    | Gemüsebolognese und             | kJ 159 / kcal 38 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,5 / davon Zucker 4,8 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 1,2 / Salz 0,9   |                               |                                                                                                                                                       |
|                        |             |                                                                                                                                                    | BIO Bulgur und            | kJ 523 / kcal 125 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,8 / davon Zucker 0,4 / Ballaststoffe 3,8 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,2   | Mais-Paprikasalat                            | kJ 384 / kcal 92 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,8   | BIO Kräuterkartoffeln und     | kJ 341 / kcal 82 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 1,9 / Salz 0,7  | Blattsalat mit                  | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0      |                               |                                                                                                                                                       |
|                        |             |                                                                                                                                                    | Mais-Paprikasalat         | kJ 384 / kcal 92 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,8     |                                              |                                                                                                                                                      | Wirsingrahmgemüse             | kJ 251 / kcal 60 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 4,9 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,7   | Senfdressing                    | kJ 650 / kcal 155 / Fett 15,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,8 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2 |                               |                                                                                                                                                       |

So viel mehr als nur Essen.  
Genuss. Auf den Punkt gebracht.

**Menüplan für KW 49 von 30.11.2026 bis 06.12.2026**

|                                   | Vorsuppe            | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                         | Menü 2 - Schule                                                                                     | Menü 3 - Schule                                                                                          | Menü 4 - Schule                                                                       | Dessert Schule                    |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Montag,<br/>30.11.2026</b>     | Königinsuppe        | BIO Gemüsegulasch dazu<br>BIO Vollkorn-Fusilli                                                                                                                          | Geflügel-Würstchengulasch in<br>Tomatensauce dazu<br>BIO Basmati-Reis und<br>Mischgemüse            | Gulaschsuppe (Rind) dazu<br>ein BIO Knusperbrötchen                                                      | Spätzle Auflauf mit Spinat                                                            | Buttermilch Dessert Vanilla-Birne |
|                                   |                     |       |                  |                       |    |                                   |
| <b>Dienstag,<br/>01.12.2026</b>   | Selleriecremesuppe  | Ein Hähnchenbrustfilet natur in<br>Rahmsauce dazu<br>BIO Knöpfe und<br>Karottensalat                                                                                    | Ein Hokifilet natur in<br>Dillsauce dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Brokkoligemüse                | BIO Spaghetti dazu<br>Bolognesesauce (Rind) und<br>Karottensalat                                         | Vegetarische Paella                                                                   | Milchpudding Vanille              |
|                                   |                     |       |                  |                       |    |                                   |
| <b>Mittwoch,<br/>02.12.2026</b>   | Champignonrahmsuppe | Vier Fischstäbchen paniert mit<br>Kräutersauce dazu<br>Kartoffelpüree und<br>Erbsengemüse (BIO Erbsen)                                                                  | Kartoffelaufbau mit Rinderhack und<br>Zucchini dazu<br>Gurkensalat                                  | Eine Scheibe badische Schäuferle<br>(Schwein) in<br>Bratensauce dazu<br>Hörnchennudeln und<br>Sauerkraut | Drei Eierpfannkuchen mit<br>Apfelfüllung dazu<br>Dessertsauce mit<br>Vanillegeschmack | Nuss-Nougat Pudding               |
|                                   |                     |       |                  |                       |    |                                   |
| <b>Donnerstag,<br/>03.12.2026</b> | Tomatencremesuppe   | Sechs vegane Sojabällchen mit<br>Paprika-Dip dazu<br>BIO Basmati-Reis<br>Mais-Paprikasalat                                                                              | Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit<br>Paprikasauce dazu<br>Risoni (Nudelreis) und<br>ZucchiniGemüse | Ein Schweinesteak natur in<br>Jägersauce dazu<br>BIO Salzkartoffeln und<br>Rote-Bete-Salat               | Chili sin Carne dazu<br>ein BIO Knusperbrötchen                                       | Früchtequark Kirsche              |
|                                   |                     |   |                |                     |  |                                   |
| <b>Freitag,<br/>04.12.2026</b>    | Zucchini-cremesuppe | Ein Spinat-Dinkel-<br>Knusperplätzchen dazu<br>Blumenkohl in Hollandaise und<br>BIO Würfelkartoffeln                                                                    | Chili con Carne (Rind) mit<br>BIO Basmati-Reis dazu<br>Krautsalat                                   | Schwäbische Krautschupfnudeln<br>(Schwein)                                                               | Bandnudeln mit<br>Kürbisragout dazu<br>Blattsalat mit<br>Kräuter dressing             | Erdbeerjoghurt                    |
|                                   |                     |   |                |                     |  |                                   |

Allergene und Zusatzstoffe entnehmen  
Sie bitte beigefügtem Zusatzblatt.

Menüplan für KW 49 von 30.11.2026 bis 06.12.2026

|                           | Vorsuppe                       | Menü 1 - Schule                                                                                                                       | Menü 2 - Schule                                                                                                                   | Menü 3 - Schule                                                                                                               | Menü 4 - Schule                                                                               | Dessert Schule                      |
|---------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Montag,<br>30.11.2026     | Königinsuppe A,A1,A3,G,I       | BIO Gemüseglasch dazu G,I<br>BIO Vollkorn-Fusilli A,A1                                                                                | Geflügel-Würstchengulasch in Tomatensauce dazu A,A1,G,I<br>BIO Basmati-Reis und Mischgemüse G,I,1,2                               | Gulaschsuppe (Rind) dazu A,A1,A3,G,I<br>ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3                                                       | Spätzle Auflauf mit Spinat A,A1,A3,G,I                                                        | Buttermilch Dessert Vanilla-Birne G |
| Dienstag,<br>01.12.2026   | Selleriecremesuppe A,A1,A3,G,I | Ein Hähnchenbrustfilet natur in A,A1,A3,G,I,1<br>Rahmsauce dazu A,A1,A3,G,I,1<br>BIO Knöpfe und Karottensalat G,I,1,4                 | Ein Hokifilet natur in A,A1,A3,G,I<br>Dillsauce dazu A,A1,A3,G,I<br>BIO Salzkartoffeln und Brokkoligemüse G,I,1,2                 | BIO Spaghetti dazu A,A1<br>Bolognesesauce (Rind) und A,A1,I,12<br>Karottensalat G,I,1,4                                       | Vegetarische Paella G,I                                                                       | Milchpudding Vanille G              |
| Mittwoch,<br>02.12.2026   | Champignonrahmsuppe G,I        | Vier Fischstäbchen paniert mit A,A1,D<br>Kräutersauce dazu A,A1,A3,G,I<br>Kartoffelpüree und G,1<br>Erbsengemüse (BIO Erbsen) G,I,1,2 | Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu A,A1,A3,G,I<br>Gurkensalat 1,4                                                  | Eine Scheibe badische Schäufele (Schwein) in 2<br>Bratensauce dazu A,A1,A3,I,1<br>Hörnchennudeln und A,A1,C<br>Sauerkraut I,3 | Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu A,A1,C,G<br>Dessertsauce mit Vanillegeschmack G    | Nuss-Nougat Pudding G,H,H2          |
| Donnerstag,<br>03.12.2026 | Tomatencremesuppe G,I,2,3      | Sechs vegane Sojabällchen mit F<br>Paprika-Dip dazu G,2,3<br>BIO Basmati-Reis J,L,5<br>Mais-Paprikasalat                              | Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit A,A1,C,2<br>Paprikasauce dazu A,A1,G,I<br>Risoni (Nudelreis) und A,A1,C<br>Zucchini-gemüse G,I | Ein Schweinesteak natur in A,A1<br>Jägersauce dazu A,A1,A3,I,1<br>BIO Salzkartoffeln und Rote-Bete-Salat 9                    | Chili sin Carne dazu I<br>ein BIO Knusperbrötchen A,A1,A3                                     | Früchtequark Kirsche G              |
| Freitag,<br>04.12.2026    | Zucchini-cremesuppe A,A1,G     | Ein Spinat-Dinkel-Knusperplätzchen dazu A,A1,C,G<br>Blumenkohl in Hollandaise und C,G,I<br>BIO Würfelkartoffeln                       | Chili con Carne (Rind) mit BIO Basmati-Reis dazu A,A1,A3,I,12<br>Krautsalat 3                                                     | Schwäbische Krautschupfnudeln (Schwein) A,A1,C,I,2,3                                                                          | Bandnudeln mit Kürbisragout dazu A,A1,C<br>Blattsalat mit Kräuter-dressing A,A1,A3,G,I<br>1,4 | Erdbeerjoghurt G                    |

A) glutenhaltiges Getreide A1) Weizen, A2) Roggen, A3) Gerste, A4) Hafer, A5) Dinkel, A6) Kamut,  
B) Krebstiere, C) Eier, D) Fische, E) Erdnüsse, F) Soja, G) Milch,  
H1) Mandel, H2) Haselnuss, H3) Walnuss, H4) Cashewnuss, H5) Pecannuss, H6) Paranuss, H7) Pistazie, H8) Macadamianuss, H9) Queenslandnuss,  
I) Sellerie, J) Senf, K) Sesam, L) Sulfit, M) Lupinie, N) Weichtiere, FR) Allergenfrei

1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt,  
7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalanin-Quelle, 11) abführend, 12) unter Schutzatmosphäre verpackt

Menüplan für KW 49 von 30.11.2026 bis 06.12.2026

|                           | Vorsuppe            |                                                                                                                                                    | Menü 1 - Schule                 |                                                                                                                                                       | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                        | Menü 3 - Schule                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       | Menü 4 - Schule                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       | Dessert Schule                                                                                                                                        |                                                                                                                                                       |
|---------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag,<br>30.11.2026     | Königinsuppe        | kJ 123 / kcal 29 / Fett 1,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,5 / Kohlenhydrate 4,6 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2 | BIO Gemüsegulasch dazu          | kJ 246 / kcal 59 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 6,7 / davon Zucker 5,0 / Ballaststoffe 2,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 1,1    | Geflügel-WürstchengukJ 102 / kcal 24 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 3,4 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,9 | Gulaschsuppe (Rind) dazu                                                                                                                               | kJ 259 / kcal 62 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 7,6 / Salz 1,1 | Spätzle Auflauf mit Spinat                                                                                                                            | kJ 332 / kcal 79 / Fett 6,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 2,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 3,4 / Salz 0,7 | Buttermilch Dessert Vanilla-Birne                                                                                                                     | kJ 505 / kcal 120 / Fett 3,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,7 / Kohlenhydrate 17,1 / davon Zucker 16,5 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 3,5 / Salz 0,2 |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | BIO Vollkorn-Fusilli            | kJ 574 / kcal 137 / Fett 0,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 1,7 / Ballaststoffe 2,8 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,8  | BIO Basmati-Reis und                                                                                                                                                   | kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3   | ein BIO Knusperbrötchen                                                                                                                            | kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6 |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    |                                 |                                                                                                                                                       | Mischgemüse                                                                                                                                                            | kJ 144 / kcal 34 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 0,8     |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
| Dienstag,<br>01.12.2026   | Selleriecremesuppe  | kJ 168 / kcal 40 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 2,2 / davon Zucker 1,4 / Ballaststoffe 0,6 / Eiweiß 0,7 / Salz 0,9 | Ein Hähnchenbrustfilet natur in | kJ 519 / kcal 124 / Fett 2,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,6 / Kohlenhydrate 1,5 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 23,0 / Salz 1,7  | Ein Hokifilet natur in                                                                                                                                                 | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0        | BIO Spaghetti dazu                                                                                                                                 | kJ 501 / kcal 120 / Fett 0,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 24,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 4,3 / Salz 0,2  | Vegetarische Paella                                                                                                                                | kJ 360 / kcal 86 / Fett 0,4 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 17,7 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 2,3 / Salz 0,2   | Milchpudding Vanille                                                                                                                                  | kJ 331 / kcal 78 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 13,0 / davon Zucker 10,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,2 / Salz 0,2  |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Rahmsauce dazu                  | kJ 177 / kcal 42 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 2,7 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,2    | Dillsauce dazu                                                                                                                                                         | kJ 283 / kcal 68 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,0 / Kohlenhydrate 4,7 / davon Zucker 3,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 2,1 / Salz 0,8     | Bolognesesauce (Rind) und                                                                                                                          | kJ 426 / kcal 102 / Fett 4,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 3,1 / davon Zucker 2,8 / Ballaststoffe 0,7 / Eiweiß 9,9 / Salz 0,5   |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | BIO Knöpfe und                  | kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0       | BIO Salzkartoffeln und                                                                                                                                                 | kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3    | Karottensalat                                                                                                                                      | kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0  |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Karottensalat                   | kJ 487 / kcal 116 / Fett 12,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,4 / Kohlenhydrate 0,8 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,5 / Salz 1,0  | Brokkoligemüse                                                                                                                                                         | kJ 200 / kcal 48 / Fett 1,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 2,6 / davon Zucker 1,8 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 4,5 / Salz 0,7     |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
| Mittwoch,<br>02.12.2026   | Champignonrahmsuppe | kJ 185 / kcal 44 / Fett 3,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,1 / Kohlenhydrate 1,9 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,0 | Vier Fischstäbchen paniert mit  | kJ 795 / kcal 190 / Fett 8,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 0,8 / Ballaststoffe 0,8 / Eiweiß 13,0 / Salz 0,8 | Kartoffelauflauf mit Rinderhack und Zucchini dazu                                                                                                                      | kJ 505 / kcal 121 / Fett 5,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 3,4 / Kohlenhydrate 10,0 / davon Zucker 1,3 / Ballaststoffe 1,7 / Eiweiß 6,9 / Salz 0,8   | Eine Scheibe badische Schaufele (Schwein) in                                                                                                       | kJ 962 / kcal 230 / Fett 18,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 7,2 / Kohlenhydrate 1,0 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 18,0 / Salz 2,0 | Drei Eierpfannkuchen mit Apfelfüllung dazu                                                                                                         | kJ 641 / kcal 152 / Fett 3,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 24,8 / davon Zucker 9,4 / Ballaststoffe 2,5 / Eiweiß 5,2 / Salz 0,3  | Nuss-Nougat Pudding                                                                                                                                   | kJ 478 / kcal 114 / Fett 3,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,3 / Kohlenhydrate 17,0 / davon Zucker 13,0 / Ballaststoffe 0,2 / Eiweiß 2,8 / Salz 0,2 |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Kräutersauce dazu               | kJ 191 / kcal 46 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,8 / Kohlenhydrate 3,8 / davon Zucker 2,3 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,1    | Gurkensalat                                                                                                                                                            | kJ 117 / kcal 28 / Fett 2,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 0,3 / davon Zucker 0,3 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,8     | Bratensauce dazu                                                                                                                                   | kJ 84 / kcal 20 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,4 / davon Zucker 0,7 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,4     | Dessertsauce mit Vanillegeschmack                                                                                                                  | kJ 519 / kcal 124 / Fett 5,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,0 / Kohlenhydrate 15,0 / davon Zucker 11,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,1 / Salz 0,2 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Kartoffelpüree und              | kJ 282 / kcal 67 / Fett 1,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 10,4 / davon Zucker 1,5 / Ballaststoffe 1,3 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,7   |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                        | Hörnchennudeln und                                                                                                                                 | kJ 515 / kcal 123 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 23,9 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,4 / Salz 0,1  |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Erbsengemüse (BIO Erbsen)       | kJ 414 / kcal 99 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 11,8 / davon Zucker 2,5 / Ballaststoffe 5,1 / Eiweiß 7,0 / Salz 0,7   |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                        | Sauerkraut                                                                                                                                         | kJ 151 / kcal 36 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 5,9 / davon Zucker 4,3 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,4    |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
| Donnerstag,<br>03.12.2026 | Tomatencremesuppe   | kJ 191 / kcal 46 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,4 / Kohlenhydrate 4,4 / davon Zucker 3,9 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9 | Sechs vegane Sojabällchen mit   | kJ 728 / kcal 173 / Fett 4,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,9 / Kohlenhydrate 14,0 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 4,9 / Eiweiß 16,3 / Salz 1,5 | Ein Hähnchenbrustfilet paniert mit                                                                                                                                     | kJ 964 / kcal 230 / Fett 10,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 20,0 / davon Zucker 0,1 / Ballaststoffe 0,1 / Eiweiß 13,0 / Salz 1,3 | Ein Schweinesteak natur in                                                                                                                         | kJ 528 / kcal 125 / Fett 2,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,0 / Kohlenhydrate 0,9 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 24,0 / Salz 1,3  | Chili sin Carne dazu                                                                                                                               | kJ 270 / kcal 64 / Fett 0,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,2 / Kohlenhydrate 9,3 / davon Zucker 4,6 / Ballaststoffe 3,2 / Eiweiß 3,1 / Salz 1,4    | Früchtequark Kirsche                                                                                                                                  | kJ 524 / kcal 125 / Fett 4,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,9 / Kohlenhydrate 15,4 / davon Zucker 13,9 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,1 |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Paprika-Dip dazu                | kJ 402 / kcal 96 / Fett 6,3 / davon gesättigte Fettsäuren / 4,1 / Kohlenhydrate 6,2 / davon Zucker 5,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,1    | Paprikasauce dazu                                                                                                                                                      | kJ 58 / kcal 14 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 2,5 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 0,4 / Salz 0,8      | Jägersauce dazu                                                                                                                                    | kJ 100 / kcal 24 / Fett 0,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,2 / davon Zucker 0,6 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 1,3 / Salz 1,1    | ein BIO Knusperbrötchen                                                                                                                            | kJ 1124 / kcal 268 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 51,0 / davon Zucker 1,2 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 8,4 / Salz 1,6 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | BIO Basmati-Reis                | kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3  | Risoni (Nudelreis) und                                                                                                                                                 | kJ 571 / kcal 136 / Fett 1,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 24,9 / davon Zucker 1,1 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 4,9 / Salz 0,1   | BIO Salzkartoffeln und                                                                                                                             | kJ 334 / kcal 80 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,8 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 0,3   |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |
|                           |                     |                                                                                                                                                    | Mais-Paprikasalat               | kJ 384 / kcal 92 / Fett 4,5 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,8 / Kohlenhydrate 9,2 / davon Zucker 4,7 / Ballaststoffe 3,0 / Eiweiß 2,2 / Salz 0,8    | Zuchчинigemüse                                                                                                                                                         | kJ 127 / kcal 30 / Fett 0,7 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,3 / Kohlenhydrate 3,5 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,2 / Eiweiß 2,0 / Salz 1,5     | Rote-Bete-Salat                                                                                                                                    | kJ 92 / kcal 22 / Fett 0,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 3,6 / davon Zucker 3,6 / Ballaststoffe 0,9 / Eiweiß 0,8 / Salz 0,9     |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |

Menüplan für KW 49 von 30.11.2026 bis 06.12.2026

|                        | Vorsuppe                                                                                                                                                                  | Menü 1 - Schule                                                                                                                                                                         | Menü 2 - Schule                                                                                                                                                                  | Menü 3 - Schule                                                                                                                                                                               | Menü 4 - Schule                                                                                                                                                         | Dessert Schule                                                                                                                                                         |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Freitag,<br>04.12.2026 | Zucchini-Cremesuppe<br>kJ 164 / kcal 39 / Fett 2,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,3 / Kohlenhydrate 4,1 / davon Zucker 0,9 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,8 / Salz 1,2 | Ein Spinat-Dinkel-Knuspergesam<br>kJ 975 / kcal 234 / Fett 13,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,2 / Kohlenhydrate 22,0 / davon Zucker 1,6 / Ballaststoffe 1,9 / Eiweiß 5,7 / Salz 0,9 | Chili con Carne (Rind) mit<br>kJ 239 / kcal 57 / Fett 2,6 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 4,5 / davon Zucker 2,7 / Ballaststoffe 1,4 / Eiweiß 3,3 / Salz 1,6 | Schwäbische Krautschupfnudeln (Schwein)<br>kJ 172 / kcal 41 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,7 / Kohlenhydrate 3,9 / davon Zucker 2,9 / Ballaststoffe 1,1 / Eiweiß 1,5 / Salz 1,0 | Bandnudeln mit<br>kJ 519 / kcal 124 / Fett 1,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,4 / Kohlenhydrate 22,7 / davon Zucker 1,0 / Ballaststoffe 1,0 / Eiweiß 5,0 / Salz 0,2  | Erdbeerjoghurt<br>kJ 416 / kcal 99 / Fett 3,1 / davon gesättigte Fettsäuren / 2,0 / Kohlenhydrate 13,2 / davon Zucker 12,1 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 3,9 / Salz 0,1 |
|                        |                                                                                                                                                                           | Blumenkohl in Hollandaise und<br>kJ 790 / kcal 189 / Fett 18,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 6,1 / Kohlenhydrate 3,0 / davon Zucker 2,4 / Ballaststoffe 1,8 / Eiweiß 2,9 / Salz 0,7   | BIO Basmati-Reis dazu<br>kJ 488 / kcal 117 / Fett 0,2 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 26,0 / davon Zucker 0,2 / Ballaststoffe 0,5 / Eiweiß 2,5 / Salz 0,3    |                                                                                                                                                                                               | Kürbisragout dazu<br>kJ 211 / kcal 50 / Fett 1,9 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,1 / Kohlenhydrate 8,7 / davon Zucker 7,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,8 / Salz 1,6 |                                                                                                                                                                        |
|                        |                                                                                                                                                                           | BIO Würfelsalat<br>kJ 318 / kcal 76 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 16,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 2,1 / Eiweiß 1,9 / Salz 1,1                  | Krautsalat<br>kJ 215 / kcal 51 / Fett 1,8 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,1 / Kohlenhydrate 6,6 / davon Zucker 6,3 / Ballaststoffe 2,3 / Eiweiß 1,1 / Salz 1,2                 |                                                                                                                                                                                               | Blattsalat mit<br>kJ 0 / kcal 0 / Fett 0,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 0,0 / Kohlenhydrate 0,0 / davon Zucker 0,0 / Ballaststoffe 0,0 / Eiweiß 0,0 / Salz 0,0       |                                                                                                                                                                        |
|                        |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                               | Kräuterdressing<br>kJ 655 / kcal 156 / Fett 16,0 / davon gesättigte Fettsäuren / 1,2 / Kohlenhydrate 1,7 / davon Zucker 0,5 / Ballaststoffe 0,4 / Eiweiß 0,3 / Salz 1,3 |                                                                                                                                                                        |