



Montag					
KW 44					
26.10.2026					
bis					
30.10.2026					
Donnerstag					
Freitag					
Vegetarisch					
Inseneintopf, dazu Weizenbrötchen DGE-Empfehlung: Gurkensack Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Sellerie	Grießbrei mit roter Grütze, vorweg Kartoffelrahmsuppe Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie	Kartotten-Kohlraabi-Kartoffelgratin, dazu Blattsalat mit Tomaten und Joghurtressing DGE-Empfehlung: Birne Milch (Lactose), Sellerie	Tortellini mit Tomaten-Kartoffelfüllung, dazu Tomatensauce und Erbsen DGE-Empfehlung: Buttermilchdessert Manao Gluten (Weizen), Dessert: Milch (Lactose)	Schupfnudeln mit Käserahmsauce und Brokkoli Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	
KJ 583 / kcal 139 / Fett 5,5g, davon ges. Fettsäuren 1,1g / KH 17,5g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 4,6g / Salz 0,78g / BE 1,5	KJ 410 / kcal 98 / Fett 5,6g, davon ges. Fettsäuren 3g / KH 9,4g, davon Zucker 4,7g / Eiweiß 2,4g / Salz 0,28g / BE 0,8	KJ 315 / kcal 75 / Fett 3g, davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 7,9g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,96g / BE 0,7	KJ 505 / kcal 121 / Fett 2,7g, davon ges. Fettsäuren 0,4g / KH 19,7g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 4,1g / Salz 0,94g / BE 1,6	KJ 519 / kcal 124 / Fett 3,8g, davon ges. Fettsäuren 1,6g / KH 17,9g, davon Zucker 3g / Eiweiß 4,3g / Salz 0,98g / BE 1,5	
Veilkkost					
Hähnchen-Nuggets mit Rahmsauce, dazu Blumenkohl und Kroketten Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf	Rindergulasch mit Apfelrotkohl und Vollkornspirelli DGE-Empfehlung: Milchpudding Butterkeks Gluten (Weizen), Senf Dessert: Gluten (Weizen), Milch (Lactose)	Geflügelbratwurst mit Rahmwirsing und Kartoffelpüree Milch (Lactose)	Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)	Seelachs-Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln DGE-Empfehlung: Orange Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)	
KJ 552 / kcal 132 / Fett 4,5g, davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 17,1g, davon Zucker 1,3g / Eiweiß 4,9g / Salz 0,89g / BE 1,4	KJ 572 / kcal 137 / Fett 3,4g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 20,1g, davon Zucker 3,2g / Eiweiß 6,2g / Salz 1,05g / BE 1,7	KJ 435 / kcal 105 / Fett 5,6g, davon ges. Fettsäuren 1,7g / KH 7,3g, davon Zucker 1,8g / Eiweiß 6g / Salz 1,24g / BE 0,6	KJ 800 / kcal 190 / Fett 7,2g, davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 24,1g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 6,6g / Salz 1,1g / BE 2	KJ 454 / kcal 108 / Fett 3,7g, davon ges. Fettsäuren 0,7g / KH 12g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 5,8g / Salz 0,49g / BE 1	
Vegetarische Alternative					
Nuggets auf Milchbasis mit Rahmsauce, dazu Blumenkohl und Kroketten Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf	Bio-Gemüse-Gulasch mit Apfelrotkohl und Vollkornspirelli Gluten (Weizen)	Bratwurst auf Erbsenbasis mit Rahmwirsing und Kartoffelpüree Milch (Lactose)	Vegetarisches Lahmacun, dazu knackiger Salat und Sour Cream Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)	Couscousbratling mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)	
KJ 618 / kcal 148 / Fett 5,7g, davon ges. Fettsäuren 0,9g / KH 17,5g, davon Zucker 1,5g / Eiweiß 5,5g / Salz 1,01g / BE 1,5	KJ 484 / kcal 115 / Fett 2g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 20,6g, davon Zucker 4,7g / Eiweiß 3,4g / Salz 0,9g / BE 1,7	KJ 387 / kcal 93 / Fett 4,4g, davon ges. Fettsäuren 0,6g / KH 7,5g, davon Zucker 1,6g / Eiweiß 5g / Salz 1,47g / BE 0,6	KJ 800 / kcal 190 / Fett 7,2g, davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 24,1g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 6,6g / Salz 1,1g / BE 2	KJ 436 / kcal 103 / Fett 4,4g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 13,1g, davon Zucker 1g / Eiweiß 5,5g / Salz 0,47g / BE 1,1	
Gluten-, Lactosefrei					
Vegetarischer Inseneintopf Sellerie	Rindergulasch mit Gnocchi Eier, Senf	Geflügelbratwurst auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree Sojabohnen	Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce Eier, Sojabohnen	Hähnchengeschnetzeltes Toskana mit buntem Paprikareis Sojabohnen	
KJ 190 / kcal 45 / Fett 2,9g, davon ges. Fettsäuren 0,2g / KH 3,2g, davon Zucker 0,7g / Eiweiß 1,2g / Salz 0,32g / BE 0,3	KJ 511 / kcal 122 / Fett 5,4g, davon ges. Fettsäuren 1,3g / KH 13,9g, davon Zucker 0,9g / Eiweiß 4,4g / Salz 1,28g / BE 1,2	KJ 394 / kcal 94 / Fett 6,1g, davon ges. Fettsäuren 1,9g / KH 3,6g, davon Zucker 2,2g / Eiweiß 6,3g / Salz 2,00g / BE 0,3	KJ 475 / kcal 113 / Fett 3,8g, davon ges. Fettsäuren 0,8g / KH 15,8g, davon Zucker 2,3g / Eiweiß 3,4g / Salz 1,11g / BE 1,3	KJ 713 / kcal 170 / Fett 2,7g, davon ges. Fettsäuren 0,3g / KH 28g, davon Zucker 1,9g / Eiweiß 7,8g / Salz 0,5g / BE 2,3	
Wenn im Hauptgericht keine Gemüsebeilage enthalten ist, wird das Menü durch einen Salat oder ein Dessert oder ein Stückobst ergänzt.					

Die Menüs mit dem DGE-Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Schulen“ und wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) zertifiziert. Nährwertangaben pro 100g