

Speisekarte KW 45

Für die Woche vom:

08.11.2021

12.11.2021

Montag



Dienstag



Mittwoch



Donnerstag



Freitag



Unsere Empfehlung

Bio-Fusilli mit Lachsauce

Putenfrikadelle mit dunkler Sauce, Apfelrotkohl und Bio-Kartoffelpüree

Spätzle mit Tomaten-Rinderragout

Chili sin Carne mit Bohnen, Sour Cream und fair gehandelter Bio-Vollkornreis

Bio-Vollkornpenne mit Spinatrahmsauce

Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Eier, Senf, Sellerie

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

Sojabohnen, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose),

1

0

0

0

Vegetarisch

Fit-Pizza Margherita mit Tomaten und Käse

Vegetarisches Knusperschnitzel auf Milchbasis mit Tomatenreis und Erbsen-Möhrengemüse

Kartoffel-Gemüserösti mit leckerem Dip und Salat

Chili sin Carne mit Bohnen, Sour Cream und fair gehandelter Bio-Vollkornreis

Bio-Vollkornpenne mit Spinatrahmsauce

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen, Senf, Schwefeldioxid/Sulphit,

Gluten (Hafer), Eier, Milch (Lactose), Schwefeldioxid/ Sulphit, Sellerie, Senf, Eier

Sojabohnen, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose),

1

3

Vollkost

Bio-Fusilli mit Lachsauce

Putenfrikadelle mit dunkler Sauce, Apfelrotkohl und Bio-Kartoffelpüree

Spätzle mit Tomaten-Rinderragout

Paniertes Putenbrustschnitzel mit Champignonrahm und Backofen-Frites

Geschnetzelte Hühnchenbrust in Käsesauce mit Zucchini, dazu gehandelter Bio-Vollkornreis

Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen, Gerste), Milch (Lactose), Eier, Senf, Sellerie

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Eier, Senf, Milch (Lactose) Sesam

Milch (Lactose)

1

Gluten-, Laktosefrei

Gergrillter Seelachs in Senfsauce mit Brokkolireis und Möhren

Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi

Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce

Mildes Süßkartoffel Tikka Masala mit Kokosmilch und Basmatireis

Hühnchengeschnetzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Fisch, Senf Sojabohnen

Eier, Sojabohnen, Senf

Eier, Sojabohnen, Senf

Sojabohnen, Senf

Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Sahnepudding Schoko

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)
3, 11

Milch (Lactose)

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neu!

Neues Produkt

Speisekarte KW 46

Für die Woche vom:

15.11.2021

19.11.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



Unsere Empfehlung

LAHMACUN Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce

Asiatische Bio-Mienudeln mit gebratenem Gemüse und süß-saurer Sauce

Pfannengulasch vom Rind mit Wurzelgemüse und Gnocchi

Mildes Chili vom Rind mit Bohnen, Paprika und fair gehandelter Bio-Vollkornreis, dazu Sour Cream

Seelachs-Filet mit Remoulade und Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Senf

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Sojabohnen

Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Fisch, Senf, Eier, Milch (Lactose)

Vegetarisch

LAHMACUN Vegetarisches Lahmacun, gefüllt mit Salat und Joghurtsauce

Asiatische Bio-Mienudeln mit gebratenem Gemüse und süß-saurer Sauce

Eieromelett mit Bio-Rahmspinat und Salzkartoffeln

Bio-Vollkornpenne-Broccoli-Auflauf mit Bio-Rahmsauce

Bio-Spiralnudeln mit Bio-Tomaten-Basilikum-Sauce und Bio-Reibekäse

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



DE-ÖKO-003



Vollkost

Puten-Käse-Medaillons mit Gemüserahmsauce und Spaghetti

Mini-Geflügel-Currywurst mit Backofen-Frites

Pfannengulasch vom Rind mit Wurzelgemüse und Gnocchi

Mildes Chili vom Rind mit Bohnen, Paprika und fair gehandelter Bio-Vollkornreis, dazu Sour Cream

Seelachs-Filet mit Remoulade und Salzkartoffeln

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Eier

Senf

Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen

Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Fisch, Senf, Eier, Milch (Lactose)

Gluten-, Laktosefrei

Fruchtige Linsenbolognaise mit Kartoffelnocken

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüserais

Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Eier, Sellerie,

Eier, Sojabohnen

Sojabohnen, Senf

Fisch, Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Pfirsich-Aprikosen-Pudding

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)
3, 11

Milch (Lactose)

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Speisekarte KW 47

Für die Woche vom:

22.11.2021

26.11.2021

Montag



Bio-Spirelli mit Bolognese vom Rind mit Reibekäse

Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)

Dienstag



DE-ÖKO-003



Vegetarischer Bio-Linseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie,

Mittwoch



Geschnitzelte Putenbrust in fruchtiger Tomaten-Gemüsesauce, dazu Bio-Vollkornnudeln

Gluten (Weizen)

Donnerstag



Seelachs-Backfisch-Filet mit Bio-Rahmspinat und Dampfkartoffeln

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Freitag



Fruchtiges Süßkartoffel-Tikka-Masala mit Langkornreis und Joghurt-Dip

Sojabohne, Senf, Milch(Lactose)

Unsere Empfehlung

Vegetarisch

Bio-Spirelli mit Gemüse-Bolognese und Reibekäse

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Milch (Lactose), Sellerie

Vegetarischer Bio-Linseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie,

Klare Gemüsesuppe und Pancakes mit Vanillesauce und Orangen-Mangoragout

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Goudakäseschnitzel mit Gemüse-Allerlei, Bio-Sahnesauce und fair gehandelter Bio-Vollkornreis

Gluten, (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose)

Fruchtiges Süßkartoffel-Tikka-Masala mit Langkornreis und Joghurt-Dip

Sojabohne, Senf, Milch(Lactose)

3

1, 2

Vollkost



Bio-Spirelli mit Bolognese vom Rind mit Reibekäse

Gluten (Weizen), Sellerie, Milch (Lactose)



Rindergulasch mit Kartoffelknödeln

Gluten (Weizen), Senf



Geschnitzelte Putenbrust in fruchtiger Tomaten-Gemüsesauce, dazu Bio-Vollkornnudeln

Gluten (Weizen)



Seelachs-Backfisch-Filet mit Bio-Rahmspinat und Dampfkartoffeln

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)



Putenbrustmedaillon mit Rahmsauce, Marktgemüse und Couscous

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Senf

Gluten-, Laktosefrei

Nudeln a la Bolognese vom Rind

Sojabohnen

Hühnchengeschnitzeltes Toskana in würziger Tomatensauce mit Langkornreis

Sojabohnen

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Fisch, Sojabohnen

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Eier, Sojabohnen

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)

3, 11

Obstkorb

Vanillepudding

Milch (Lactose)

1

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Speisekarte KW 48

Für die Woche vom:

29.11.2021

03.12.2021

Montag



Unsere Empfehlung

Rindfleisch-Rahmtopf mit Champignons und Gurke, dazu Hörnchennudeln

Gluten (Weizen), Senf, Milch (Lactose)

Dienstag



Gebackenes Seelachsfilet mit Marktgemüse, frischem Kartoffelpüree

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Fisch

Mittwoch



Vegetarische Knuspernudgets mit fair gehandeltem Bio-Vollkornreis und fruchtiger Tomatensauce

Gluten (Weizen), Sojabohne

Donnerstag



DE-ÖKO-003



Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Freitag



Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Langkornreis

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf, Soja

Vegetarisch

Vegetarischer Erbseneintopf mit Bio-Brötchen

Gluten (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer), Sellerie, Senf

Überbackener Nudel-Gemüseauflauf mit Käse

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sojabohnen, Sellerie

Vegetarische Knuspernudgets mit fair gehandeltem Bio-Vollkornreis und fruchtiger Tomatensauce

Gluten (Weizen), Sojabohne



DE-ÖKO-003

Bio-Käsespätzle mit Bio-Röstzwiebeln

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose)

Tortellini mit vegetarischer Füllung, dazu Tomaten-Basilikumsauce und Reibekäse

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie

Vollkost



Rindfleisch-Rahmtopf mit Champignons und Gurke, dazu Hörnchennudeln

Gluten (Weizen), Senf, Milch (Lactose)



Gebackenes Seelachsfilet mit Marktgemüse und frischem Kartoffelpüree

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Fisch



Rinderfrikadelle mit dunkler Sauce, Broccoligemüse und Spätzle

Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose), Senf, Sellerie



Paniertes Putenbrustschnitzel mit Rahmsauce, Gartengemüse und Backofen-Kroketten

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf



Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Langkornreis

Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf, Soja

Gluten-, Laktosefrei

Gergrillter Seelachs in Sensauce mit Brokkolireis und Möhren

Fisch, Senf, Sojabohnen

Gebratenes Putenmedaillon mit Gemüse und Kartoffelstampf

Rinderhaschee mit Reis und Karotten-Erbsegemüse

Sojabohnen, Sellerie, Senf

Buntes Grillgemüse mit Paprika, Auberginen und Zucchini mit Gemüseris

Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

3

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Milch (Lactose)

3, 11

Obstkorb

Sahne-Pudding-Karamell

Milch (Lactose)

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit

3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neues Produkt

Speisekarte KW 49

Für die Woche vom:

06.12.2021

10.12.2021

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag



Unsere Empfehlung

Hühnchengeschnetzeltes mit Champignons und Erbsen-Reis

Zarte Hähnchenbrustfilet-Streifen mit Paprikarahm und Bio-Knöpfe

Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln

Mini-Rollen mit China-Sauce und fair gehandelter Bio-Vollkornreis

Bio-Spaghetti mit fruchtiger Linsen-Bolognese und Reibekäse

Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

Vegetarisch

Vegetarischer Bratling auf Milchbasis mit milder Currysauce und Würzkartoffeln

Tomatensuppe und feiner Milchreis mit Orangen-Mangoragout

Ofenfrische Rösti mit Ratatouille-Gemüse und Sour Cream

Mini-Rollen mit China-Sauce und fair gehandelter Bio-Vollkornreis

Bio-Spaghetti mit fruchtiger Linsen-Bolognese und Reibekäse

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Senf, Sellerie, Schwefeldioxid/ Sulphit

Milch (Lactose)

Gluten (Dinkel), Milch (Lactose), Sellerie

Gluten (Weizen), Sojabohnen, Sellerie, Sesam

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie

1

11

1



Vollkost

Hühnchengeschnetzeltes mit Champignons und Erbsen-Reis

Zarte Hähnchenbrustfilet-Streifen mit Paprikarahm und Bio-Knöpfe

Fischstäbchen mit Bio-Rahmspinat und Kartoffeln

Dunkle Rinderhackfleischsauce mit Bio-Vollkorn-Spirelli

Fit-Pizza Salami mit Rindersalami, Mozzarella und Paprika

Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose) Eier

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten-, Laktosefrei

Hühnerfrikassee mit Champignons, Erbsen und Reis

Rinder-Geflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gemüse und Gnocchi

Gegrillter Rotbarsch in Dill-Zitronen-Sauce mit Soja-Wildreis

Gnocchi-Gemüsepfanne mit Tomatensauce

Tomatenreis mit Bolognese vom Rind und Kohlrabi-Erbsegemüse

Sojabohnen

Eier, Senf, Sojabohnen

Fisch, Sojabohnen

Eier, Sojabohnen

Sellerie

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Waldfrucht-Pudding

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)
3, 11

Milch (Lactose)

Senf, Schwefeldioxid/Sulfit
3, 11



Vegetarisch

Rindfleisch

Geflügel

Fisch

Schwein

Neues Produkt

Speisekarte KW 50

Für die Woche vom:

13.12.2021

17.12.2021

Montag



Dienstag



Mittwoch



Donnerstag



Freitag



Unsere Empfehlung

Putengrospfanne mit Zwiebeln, Weißkohl, fair gehandelter Bio-Vollkornreis und Dip

Hähnchen-Currygeschnetzeltes mit Apfel und Ananas, dazu Basmatireis

Gemüseburger im Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Knusprige Falafelbällchen auf Tomatenreis mit Joghurt-Dip

Überbackenes Seelachsfilet mit Tomaten und Käse, dazu Kartoffelpüree

Milch (Lactose)

Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Sojabohnen

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

3

Vegetarisch

Ofenfrischer Spinatstrudel mit Pinienkernen und Hirtenkäse, dazu Sour Cream und fair gehandelter Bio-Vollkornreis

Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse gefüllt, dazu Bio-Rahmerbsen

Gemüseburger im Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Knusprige Falafelbällchen auf Tomatenreis mit Joghurt-Dip

Bio-Spaghetti mit Bio-Basilikum-Tomatensauce und Bio-Reibekäse

Gluten (Weizen) Eier, Milch (Lactose), Sojabohnen

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Sojabohnen

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)

Gluten (Weizen), Milch (Lactose)



DE-ÖKO-003

Vollkost

Putengrospfanne mit Zwiebeln, Weißkohl, fair gehandelter Bio-Vollkornreis und Dip

Hähnchen-Currygeschnetzeltes mit Apfel und Ananas, dazu Basmatireis

Rindfleischburger im Brötchen mit Ofen-Pommes und Ketchup

Saftgulasch vom Rind mit Bio-Vollkornnudeln und bunter Gemüsegarntur

Überbackenes Seelachsfilet mit Tomaten und Käse, dazu Kartoffelpüree



Milch (Lactose)

Milch (Lactose), Senf

Gluten (Weizen), Sesam, Sellerie, Senf

Gluten (Weizen), Senf

Gluten (Weizen), Fisch, Milch (Lactose)

3

Gluten-, Laktosefrei

Fruchtige Linsenbolognaise mit Kartoffelnocken

Kartoffelpuffer mit Zimt-Zucker und Apfelmus

Rindergeschnetzeltes in Rahmsauce mit Gemüserais

Nudeln a la Bolognaise vom Rind

Hähnchengeschnetzeltes in Champignonrahmsauce mit Risi Bisi

Eier, Sellerie,

Sojabohnen, Senf

Sojabohnen, Senf

3

Dessert/ Salat

Frischer Obstsalat

Frischer Salat mit Joghurt-Dressing

Obstkorb

Vanillepudding

Frischer Salat mit hellem Balsamico-Dressing

3

Milch (Lactose)
3, 11

Milch (Lactose)
1

Senf, Schwefeldioxid/Sulphit
3, 11



Vegetarisch



Rindfleisch



Geflügel



Fisch



Schwein



Neu!

Neues Produkt