

# Speisekarte




KW 5  
Montag

27.01.2025  
Dienstag bis

31.01.2025  
Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch				
<p><b>Bio-Vollkornspirelli mit Bio-Zucchini-Zwiebel-Auberginengemüse in Bio-Tomatensauce</b></p> <p>Gluten (Weizen)</p>  <p>kj 517 / kcal 124 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 22,1 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,05 g / BE 1,8</p>	<p><b>Pizza Margherita mit Tomaten und Käse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 761 / kcal 182 / Fett 4,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g / KH 25,7 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 9,7 g / Salz 1,20 g / BE 2,1</p>	<p><b>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 781 / kcal 187 / Fett 11,0 g davon ges. Fettsäuren 5,5 g, KH 16,4 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 / Salz 1,36 g / BE 1,4</p>	<p><b>Tomatensuppe mit Reis, dazu Weizenbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g, KH 21,0 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,69 g / BE 1,8</p>	
Vollkost				
<p><b>Bio-Vollkornspirelli mit Bio-Zucchini-Zwiebel-Auberginengemüse in Bio-Tomatensauce</b></p> <p>Gluten (Weizen)</p>  <p>kj 517 / kcal 124 / Fett 2,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 22,1 g, davon Zucker 3,4 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,05 g / BE 1,8</p>	<p><b>Pizza mit Geflügelsalami und Käse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>2,3 </p> <p>kj 809 / kcal 193 / Fett 5,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,4 g / KH 25,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 10,3 g / Salz 1,40 g / BE 2,1</p>	<p><b>Käsespätzle mit Röstzwiebeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier, Milch (Lactose)</p> <p>kj 781 / kcal 187 / Fett 11,0 g davon ges. Fettsäuren 5,5 g, KH 16,4 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 / Salz 1,36 g / BE 1,4</p>	<p><b>Tomatensuppe mit Reis, dazu Weizenbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g, KH 21,0 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 1,69 g / BE 1,8</p>	
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Rinderhaschee mit Karotten-Erbsen-Gemüse und Reis</b></p> <p>Sojabohnen, Sellerie, Senf</p> <p>kj 443 / kcal 106 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 17,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 1,40 g / BE 1,4</p>	<p><b>Maisgrießbrei mit Kirschragout</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 403 / kcal 96 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 15,4 g, davon Zucker 9,3 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,07 g / BE 1,3</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes mit buntem Paprikareis</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 780 / kcal 186 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 28,6 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 9,4 g / Salz 0,86 g / BE 2,4</p>	<p><b>Omas Gulaschsuppe mit Kartoffeln</b></p> <p>kj 230 / kcal 55 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g / KH 4,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,42 g / BE 0,4</p>	
<b>DE-ÖKO-003</b>				

# Speisekarte



KW 6  
Montag

03.02.2025 bis  
Dienstag

07.02.2025  
Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch				
<p><b>Goudakäseschnitzel mit vegetarischer brauner Sauce, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p>1</p> <p>kj 445 / kcal 106 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 12,3 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,84 g / BE 1,0</p>	<p><b>Bio-Gnocchi mit Bio-Spinatrahmsauce und geriebenem Bio-Käse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p></p> <p>kj 542 / kcal 129 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 20,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,16 g / BE 1,7</p>	<p><b>Spirelli mit Karotten-Zucchini-Rahmsauce und Erbsen</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Sellerie</p> <p>kj 391 / kcal 93 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 16,1 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 4,1 g / Salz 0,96 g / BE 1,3</p>	<p><b>Kartoffel-Paprika-Curry mit Vollkornreis und Brokkoli</b></p> <p>Sojabohnen, Milch (Lactose)</p> <p>kj 452 / kcal 108 / Fett 1,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g / KH 19,3 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 1,81 g / BE 1,6</p>	
Vollkost				
<p><b>Putenschnitzel mit vegetarischer brauner Sauce, dazu Rahmwirsing und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Laktose), Senf</p> <p></p> <p>kj 498 / kcal 119 / Fett 4,7 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 13,1, davon Zucker 1,4 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 0,64 g / BE 1,1</p>	<p><b>Bio-Gnocchi mit Bio-Spinatrahmsauce und geriebenem Bio-Käse</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose), Eier</p> <p></p> <p>kj 542 / kcal 129 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 20,7 g, davon Zucker 0,8 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,16 g / BE 1,7</p>	<p><b>Lachswürfel in Tomatencremesauce mit Erbsen und Spirelli</b></p> <p>Gluten (Weizen), Krebstiere, Fisch, Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 640 / kcal 153 / Fett 5,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 18,8 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 1,00 g / BE 1,6</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes mit Äpfeln und Ananas in Currysauce, dazu Vollkornreis und Brokkoli</b></p> <p>Milch (Lactose)</p> <p></p> <p>kj 501 / kcal 120 / Fett 2,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 18,3 g, davon Zucker 2,9 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 1,94 g / BE 1,5</p>	
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Süßkartoffel Tikka Masala mit Paprika und Sojabohnen</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p>kj 499 / kcal 119 / Fett 4,9 g, davon ges. Fettsäuren 1,3 g / KH 13,5 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,97 g / BE 1,1</p>	<p><b>Hähnchengeschnetzeltes in Champignonsauce mit Risi Bisi</b></p> <p>Senf</p> <p>1</p> <p>kj 541 / kcal 129 / Fett 5,0 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g / KH 14,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 6,5 g / Salz 1,09 g / BE 1,2</p>	<p><b>Röstinchen mit Zimt-Zucker und Apfelmus</b></p> <p>3</p> <p>kj 502 / kcal 120 / Fett 3,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g / KH 20,6 g, davon Zucker 9,9 g / Eiweiß 1,2 g / Salz 0,48 g / BE 1,7</p>	<p><b>Rinderbraten in brauner Sauce mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln</b></p> <p>kj 342 / kcal 82 / Fett 3,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g / KH 8,1 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 4,4 g / Salz 0,72 g / BE 0,7</p>	
<b>DE-ÖKO-003</b>				

# Speisekarte



**KW 7**  
Montag

**10.02.2025**  
Dienstag bis

**14.02.2025**  
Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch				
<p><b>Mac'n Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsenbasis)</b></p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p>1</p> <p><small>kj 523 / kcal 125 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g/ KH 18,9 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,70 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes und Ketchup, dazu Beilagensalat mit American Dressing</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Sellerie, Milch (Lactose), Senf</p> <p>11, 12</p> <p><small>kj 609 / kcal 145 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g/ KH 19,5 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,64 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Bio-Vollkornreis mit Bio-Möhren und heller Bio-Karotten-Zucchini-Sahnesauce</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p></p> <p><small>kj 459 / kcal 110 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,1 g / KH 19,3 g, davon Zucker 1,8 g / Eiweiß 2,2 g / Salz 1,95 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Spätzle mit Tomatensauce</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Eier</p> <p><small>kj 487 / kcal 116 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 18,4 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 4,5 g / Salz 1,02 g / BE 1,5</small></p>	
Vollkost				
<p><b>Mac'n Cheese - Makkaroni mit Käsesauce (Linsenbasis)</b></p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p>1</p> <p><small>kj 523 / kcal 125 / Fett 4,0 g, davon ges. Fettsäuren 2,1 g/ KH 18,9 g, davon Zucker 2,4 g / Eiweiß 3,1 g / Salz 0,70 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Nuggets auf Milchbasis mit Pommes und Ketchup, dazu Beilagensalat mit American Dressing</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Sellerie, Milch (Lactose), Senf</p> <p>11, 12</p> <p><small>kj 609 / kcal 145 / Fett 5,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,6 g/ KH 19,5 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 5,2 g / Salz 0,64 g / BE 1,6</small></p>	<p><b>Bio-Hühnerfrikassee mit Spargel, dazu Bio-Möhren und Bio-Vollkornreis</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p> </p> <p><small>kj 606 / kcal 145 / Fett 5,6 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g / KH 17,2 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 6,3 g / Salz 1,40 g/ BE 1,4</small></p>	<p><b>Wurstgulasch mit Geflügelwiener, dazu Spätzle</b></p> <p>Gluten (Weizen, Dinkel), Sellerie, Milch (Laktose), Eier</p> <p>3, 8 </p> <p><small>kj 624 / kcal 149 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,0 g, KH 17,4 g, davon Zucker 2,8 g / Eiweiß 6,8 g / Salz 1,17 g / BE 1,5</small></p>	
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Hühnerfrikassee mit Champignons und Erbsen, dazu Reis</b></p> <p>Sojabohnen</p> <p><small>kj 445 / kcal 106 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g/ KH 17,9 g, davon Zucker 0,3 g / Eiweiß 4,3 g / Salz 0,75 g / BE 1,5</small></p>	<p><b>Gnocchi-Zucchini-Paprika-Pfanne mit Tomatensauce</b></p> <p>Eier, Sojabohnen</p> <p><small>kj 470 / kcal 112 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g / KH 15,8 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 3,4 g / Salz 1,11 g / BE 1,3</small></p>	<p><b>Kartoffel-Möhren-Blumenkohl-Eintopf</b></p> <p>Sellerie</p> <p><small>kj 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g/ KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6</small></p>	<p><b>Nudeln a la Bolognese vom Rind</b></p> <p><small>kj 635 / kcal 151 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g/ KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2</small></p>	
DE-ÖKO-003				

# Speisekarte







**KW 8**  
Montag

**17.02.2025**  
Dienstag

bis

**21.02.2025**  
Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch				
<p><b>Gnocchi mit Brokkoli und mit heller Sauce</b></p> <p>Milch (Lactose), Gluten (Weizen), Eier, Sojabohnen, Schwefeldioxid/Sulfit 3</p> <p>kj 442 / kcal 106 / Fett 2,5 g, davon ges. Fettsäuren 1,2 g/ KH 17,6 g, davon Zucker 2,5 g / Eiweiß 3,0 g / Salz 0,84 g / BE 1,5</p>	<p><b>Gemüsefrikadelle mit vegetarischer brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen, Hafer), Eier, Milch (Lactose), Senf</p> <p>kj 425 / kcal 102 / Fett 3,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,4 g, KH 13,1 g, davon Zucker 2,1 g / Eiweiß 3,5 g / Salz 0,51 g / BE 1,1 g</p>	<p><b>Bio-Spaghetti mit Bio-Tomaten-Zucchini-Karotten-Bolognese</b></p> <p>Sellerie, Gluten (Weizen)</p> <p>kj 459 / kcal 119 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 20,2 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 0,86 g / BE 1,7</p>	<p><b>Vollkornspirelli mit Paprikarahmsauce und Mais</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g/ KH 22,3 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,13 g / BE 1,9</p>	
Vollkost				
<p><b>Lachsrahmsauce mit Brokkoli und Gnocchi</b></p> <p>Fisch, Milch (Lactose), Gluten (Weizen) 1 </p> <p>kj 401 / kcal 96 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g/ KH 13,3 g, davon Zucker 1,5 g / Eiweiß 4,6 g / Salz 0,55 g / BE 1,1</p>	<p><b>Gebratene Rinderfrikadelle mit vegetarischer brauner Sauce, dazu Blumenkohl und Salzkartoffeln</b></p> <p>Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Senf </p> <p>kj 373 / kcal 89 / Fett 3,3 g, davon ges. Fettsäuren 1,0 g, KH 9,4 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 0,84 g / BE 0,8</p>	<p><b>Bio-Spaghetti mit Bio-Bolognese vom Rind</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sellerie  </p> <p>kj 497 / kcal 119 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 20,2 g, davon Zucker 3,1 g / Eiweiß 4,8 g / Salz 0,86 g / BE 1,7</p>	<p><b>Vollkornspirelli mit Paprikarahmsauce und Mais</b></p> <p>Gluten (Weizen), Milch (Lactose)</p> <p>kj 543 / kcal 130 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 0,8 g/ KH 22,3 g, davon Zucker 2,7 g / Eiweiß 3,9 g / Salz 1,13 g / BE 1,9</p>	
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Rindergeflügelhackbällchen in Rahmsauce mit Gnocchi</b></p> <p>Eier, Senf 1</p> <p>kj 687 / kcal 164 / Fett 7,4 g, davon ges. Fettsäuren 2,2 g, KH 18,7 g, davon Zucker 0,9 g / Eiweiß 5,7 g / Salz 1,1 g / BE 1,6</p>	<p><b>Vegetarischer Linseneintopf</b></p> <p>Sellerie</p> <p>kj 228 / kcal 54 / Fett 3,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g, KH 3,4 g, davon Zucker 0,6 g / Eiweiß 1,4 g / Salz 0,32 g / BE 0,3</p>	<p><b>Beef-Chili mit Quinoa-Langkornreis</b></p> <p>kj 544 / kcal 130 / Fett 3,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 20,0 g, davon Zucker 2,3 g / Eiweiß 5,4 g / Salz 1,34 g / BE 1,7</p>	<p><b>Fruchtige Linsenbolognese mit Kartoffelnocken</b></p> <p>Eier, Sellerie</p> <p>kj 541 / kcal 129 / Fett 2,4 g, davon ges. Fettsäuren 0,7 g, KH 22,8 g, davon Zucker 2,2 g / Eiweiß 3,8 g / Salz 1,01 g / BE 1,9</p>	
<b>DE-ÖKO-003</b>				

# Speisekarte



**KW 9**  
Montag

**24.02.2025**  
Dienstag bis

**28.02.2025**  
Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch				
<p><b>Kartoffelrahmsuppe, dazu Weizenbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p><small>kj 379 / kcal 90 / Fett 2,2 g, davon ges. Fettsäuren 0,9 g / KH 14,3 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 4,2 g / Salz 1,30 g / BE 1,2 g</small></p>	<p><b>Mildes Bio-Chili sin Carne mit Kidneybohnen, dazu Bio-Vollkornreis</b></p> <p>Gluten (Weizen), Sojabohnen</p> <p> <small>kj 546 / kcal 130 / Fett 1,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 23,2 g, davon Zucker 3,2 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 2,48 g / BE 1,9 g</small></p>	<p>Mensa geschlossen</p>	<p>Mensa geschlossen</p>	
Vollkost				
<p><b>Kartoffelrahmsuppe mit Geflügelwiener, dazu Weizenbrötchen</b></p> <p>Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)</p> <p>2, 3, 8 </p> <p><small>kj 428,7 / kcal 102,4 / Fett 2,6 g, davon ges. Fettsäuren 1 g / KH 14,2 g, davon Zucker 1,3 g / Eiweiß 5 g / Salz 1,32 g / BE 1,2 g</small></p>	<p><b>Bio-Mildes Chili con Carne mit Rindfleisch und Kidneybohnen, dazu Bio-Vollkornreis</b></p> <p>Gluten (Weizen)</p> <p>  <small>kj 487 / kcal 212 / Fett 5,7 g, davon ges. Fettsäuren 2,6 g / KH 30 g, davon Zucker 1,2 g / Eiweiß 9,8 g / Salz 1,30 g / BE 2,5</small></p>	<p>Mensa geschlossen</p>	<p>Mensa geschlossen</p>	
Gluten-, Lactosefrei				
<p><b>Nudeln a la Bolognaise vom Rind</b></p> <p><small>kj 635 / kcal 152 / Fett 3,0 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g, KH 25,9 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 5,0 g / Salz 1,49 g / BE 2,2</small></p>	<p><b>Vegetarischer Kartoffeleintopf mit Karotten und Sellerie</b></p> <p>Sellerie</p> <p><small>kj 184 / kcal 44 / Fett 1,3 g, davon ges. Fettsäuren 0,1 g / KH 6,8 g, davon Zucker 1,6 g / Eiweiß 1,0 g / Salz 0,92 g / BE 0,6</small></p>	<p>Mensa geschlossen</p>	<p>Mensa geschlossen</p>	
<b>DE-ÖKO-003</b>				

# Speisekarte



KW 10  
Montag

03.03.2025 bis  
Dienstag

07.03.2025  
Mittwoch

Donnerstag

Vegetarisch				
Mensa geschlossen	Mensa geschlossen	<b>Linsen-Eintopf mit Weizenbrötchen</b>  Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)  kJ 526,2 / kcal 125,7 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 19,2 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,42 g / BE 1,6	<b>Bio-Pfannkuchen mit Bio-Kirschragout und Bio-Vanillesauce, vorweg Bio-Nudelsuppe</b>  Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie  kJ 506 / kcal 121 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 17,1 g, davon Zucker 5,2 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,46 g / BE 1,4 g	
Vollkost				
Mensa geschlossen	Mensa geschlossen	<b>Linsen-Eintopf mit Weizenbrötchen</b>  Gluten (Weizen, Gerste), Sellerie, Milch (Lactose)  kJ 526,2 / kcal 125,7 / Fett 2,8 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 19,2 g, davon Zucker 1,9 g / Eiweiß 4,7 g / Salz 1,42 g / BE 1,6	<b>Bio-Pfannkuchen mit Bio-Kirschragout und Bio-Vanillesauce, vorweg Bio-Nudelsuppe</b>  Gluten (Weizen), Eier, Milch (Lactose), Sellerie  kJ 506 / kcal 121 / Fett 4,2 g, davon ges. Fettsäuren 1,5 g / KH 17,1 g, davon Zucker 5,2 g / Eiweiß 3,6 g / Salz 0,46 g / BE 1,4 g	
Gluten-, Lactosefrei				
Mensa geschlossen	Mensa geschlossen	<b>Geschmortes Paprika-, Auberginen-, ZucchiniGemüse mit Kräuter-Maisgrieß</b>  Sojabohnen  kJ 290 / kcal 69 / Fett 4,1 g, davon ges. Fettsäuren 0,5 g / KH 6,2 g, davon Zucker 5,4 g / Eiweiß 1,9 g / Salz 0,92 g / BE 0,5	<b>Pasta a la Napoli in fruchtiger Tomatensauce</b>  kJ 596 / kcal 142 / Fett 1,9 g, davon ges. Fettsäuren 0,3 g / KH 28,1 g, davon Zucker 3,0 g / Eiweiß 2,9 g / Salz 0,97 g / BE 2,3	
DE-ÖKO-003				