

Wochenmenü

KW 03, 12.01.2026 - 18.01.2026
Kindergarten

Hausgemacht Bio-Catering GmbH
Hauptstraße 107
75056 Sulzfeld
Telefon: 07269 919908-0
Fax: 07269 919908-23



Montag 12.01.2026	Dienstag 13.01.2026	Mittwoch 14.01.2026	Donnerstag 15.01.2026	Freitag 16.01.2026
Vollkorn-Nudeln mit Grünkernbolognese und Rohkostsalat a, a1, a2, e	Chili con carne vom Rind mit Reis und Salat a, a1, e, l	Erbseneintopf mit Kartoffeln und Gemüseeinlage, dazu Brötchen, Obst a, a1, e	Paniertes Kap-Seehechtfilet*, mit Kartoffeln und Tzatziki a, a1, b, d, i	Karottensuppe und Pfannkuchen mit Apfelbrei a, a1, b, d, e
Hausgemachter Süßkartoffelbratling mit fruchtiger Currysoße und Reis a, a1, b, d, e	Gemüsegulasch mit Cous-Cous dazu Obst a, a1, d, e	Hausgemachte Gemüselasagne mit Salat dazu Vanillepudding a, a1, d, e, l	Spinatklöße mit Steinchampignonragout und Karottensalat a, a1, b, d, e	Kartoffelgratin mit Rote Beete-Salat, dazu Obst a, a1, d, e
Pasta mit hausgemachter Käsesoße dazu Rohkostsalat a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse, und Salat dazu Obst a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Vanillepudding a, a1, d	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße dazu Reibekäse und Rohkostsalat a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat a, a1, d, e, l



Garantie für Ihre gesunde und genussvolle Ernährung: Zur Herstellung unserer hausgemachten Speisen verwenden wir ausschließlich biologisch erzeugte Lebensmittel. Unsere Produkte sind daher biologische Produkte gemäß Verordnung (EG) Nr 1818/848 .Ausnahme: Bei Verwendung von Wild sind diese Lebensmittel im Speiseplan mit einem * als 'aus Wildfang stammend' gekennzeichnet. Kurzfristige Änderungen am Speiseplan wegen Verfügbarkeit von Zutaten vorbehalten. Kennzeichnung: a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch aus Wildfang, l=Senf



Vegetarisch



mit Rindfleisch



mit Geflügel



Wenn Sie nur diese Essen bestellen, folgen sie den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. .

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 12.01.2026 - 18.01.2026

a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

12.01.2026, Menü 1, Vollkorn-Nudeln mit Grünkernbolognese und Rohkostsalat * Grünkernbolognese: a,a2,e * Rote Beete-Salat: e * Vollkornspirelli: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:490.23/117,2 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:18,0g | davon Zucker:2,7g | Eiweiß:3,7g | Salz:0,6g

12.01.2026, Menü 2, Hausgemachter Süßkartoffelbratling mit fruchtiger Currysoße und Reis * Früchte-Currysoße: a,a1,d * Reis Langkorn: keine * Süßkartoffel-Bratling: a,a1,b,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:548.89/131,5 | Fett:2,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:23,1g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:3,6g | Salz:1,0g

12.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Käsesoße dazu Rohkostsalat * Käsesoße: a,a1,d * Pasta: a,a1 * Rote Beete-Salat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:628.5/150,0 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:23,1g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:4,1g | Salz:1,0g

13.01.2026, Menü 1, Chili con carne vom Rind mit Reis und Salat * Salat: keine * Chili con carne(Rind): a,a1 * Reis Langkorn: keine * Salatdressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:439.95/105,6 | Fett:1,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:17,6g | davon Zucker:1,3g | Eiweiß:4,8g | Salz:0,9g

13.01.2026, Menü 2, Gemüsegulasch mit Cous-Cous dazu Obst * Cous-Cous: a,a1 * Gemüsegulasch: a,a1,d,e * Obst (Apfel,Clementinen): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:456.71/109,4 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:17,9g | davon Zucker:4,5g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,6g

13.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse, und Salat dazu Obst * Salat: keine * Obst (Apfel,Clementinen): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:486.04/116,4 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:18,2g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:3,9g | Salz:0,7g

14.01.2026, Menü 1, Erbseneintopf mit Kartoffeln und Gemüseeinlage, dazu Brötchen, Obst * Brötchen: a,a1 * Erbseneintopf mit Kartoffeln: e * Obst (Apfel,Birne): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:351.96/84,6 | Fett:0,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:15,6g | davon Zucker:6,7g | Eiweiß:3,8g | Salz:0,4g

14.01.2026, Menü 2, Hausgemachte Gemüselasagne mit Salat dazu Vanillepudding * Gemüse-Lasagne: a,a1,d,e * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Pudding (Vanille): d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:456.71/109,5 | Fett:4,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,9g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,4g

14.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Vanillepudding * Pasta: a,a1 * Pudding (Vanille): d * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:590.79/141,5 | Fett:3,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:21,6g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,7g

15.01.2026, Menü 1, Paniertes Kap-Seehechtfilet*, mit Kartoffeln und Tzatziki * Kap-Seehechtfilet paniert: a,a1,b,i * Salzkartoffel: keine * Tzatziki: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:427.38/102,1 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:13,7g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:4,0g | Salz:1,1g

15.01.2026, Menü 2, Spinatklöße mit Steinchampignonragout und Karottensalat * Bechamelsoße m.Champignon: a,a1,d,e * Karottensalat: e * Spinatklöße: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:460.9/110,6 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:14,5g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:3,3g | Salz:0,8g

15.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße dazu Reibekäse und Rohkostsalat * Karottensalat: e * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:599.17/143,3 | Fett:4,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:20,3g | davon Zucker:2,2g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,9g

16.01.2026, Menü 1, Karottensuppe und Pfannkuchen mit Apfelbrei * Apfelbrei: keine * Karottensuppe : a,a1,d,e * Pfannkuchen,salzig: a,a1,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:393.86/94,7 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:15,5g | davon Zucker:6,9g | Eiweiß:2,8g | Salz:0,2g

16.01.2026, Menü 2, Kartoffelgratin mit Rote Beete-Salat, dazu Obst * Kartoffelgratin: a,a1,d,e * Obst (Apfel): keine * Rote Beete-Salat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:393.86/94,0 | Fett:3,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:2,8g | Salz:0,6g

16.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:582.41/139,2 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:20,7g | davon Zucker:1,4g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,9g