

Wochenmenü

KW 04, 19.01.2026 - 25.01.2026

Schulen

Hausgemacht Bio-Catering GmbH

Hauptstraße 107

75056 Sulzfeld

Telefon: 07269 919908-0

Fax: 07269 919908-23



| Montag 19.01.2026 | Dienstag 20.01.2026 | Mittwoch 21.01.2026 | Donnerstag 22.01.2026 | Freitag 23.01.2026 |
|--|--|--|---|---|
| Chili sin Carne mit Kartoffeln und Salat a, a2, e, j, l | Geflügelgeschnetzeltes mit Früchte-Currysoße Reis und Salat a, a1, d, e | Spaghetti mit Linsenbolognese und Salat a, a1, e, j, l | Gekochtes Ei mit Senfsoße und Petersilienkartoffel, dazu Obst a, a1, b, d, l | Broccolisuppe, Grießbrei mit Kirschen a, a1, d, e |
| Gaisburger Marsch (Eintopf mit Kartoffeln, Karotten, Spätzle), dazu Obst a, a1, e | Tortellini mit Tomate-Mozzarellasoße, dazu Mango-Mascarponequark a, a1, b, d, j | Hausgemachte Fischfrikadellen mit Dillsoße und Reis a, a1, a2, a3, a4, b, d, e, f, i, l | Gnocchis mit provenzialischer Soße und Salat a, a1, d, e | Hausgemachter Karotten-Kürbisbratling mit Schnittlauchdip und Salzkartoffeln a, a1, b, d, e, l |
| Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse und Salat a, a1, d, e, l | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat a, a1, d, e | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat a, a1, d, e, l | Pasta mit hausgemachter Kräutersoße und Reibekäse, dazu Salat a, a1, d, e | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse, dazu Salat und Apfelmilchreis 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 2018/848 .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, a3=Roggen, a4=Hafer, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, l=Senf



mit Geflügel



Vegetarisch



mit Ei



Vegetarisch



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

Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 19.01.2026 - 25.01.2026

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

19.01.2026, Menü 1, Chili sin Carne mit Kartoffeln und Salat * Chili sin carne (veget): a,a2,e,j * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Salzkartoffel: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:293.3/70,1 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:9,4g | davon Zucker:1,4g | Eiweiß:2,7g | Salz:0,8g

19.01.2026, Menü 2, Gaisburger Marsch (Eintopf mit Kartoffeln,Karotten, Spätzle), dazu Obst * Gaisburger Marsch (Kartoffeln,Karotten): e * Obst (Apfel,Clementinen): keine * Spätzle für Gaisburger Marsch: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:289.11/69,1 | Fett:0,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:1,8g | Salz:0,6g

19.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse und Salat * Pasta für Tomatensoße: a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:603.36/144,4 | Fett:4,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:21,0g | davon Zucker:1,5g | Eiweiß:4,6g | Salz:0,9g

20.01.2026, Menü 1, Geflügelgeschnetzeltes mit Früchte-Currysoße Reis und Salat * Früchte-Currysoße: a,a1,d * Hühnerfleisch: keine * Karottensalat: e * Reis Langkorn: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:486.04/116,9 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:18,2g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:4,1g | Salz:1,0g

20.01.2026, Menü 2, Tortellini mit Tomate-Mozzarellasoße, dazu Mango-Mascarponequark * Mango-Mascarponequark: d * Tomaten-Mozzarellasoße: a,a1,d * Tortellini (vegetarisch): a,a1,b,d,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:657.83/157,1 | Fett:5,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:20,3g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:6,1g | Salz:1,1g

20.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat * Karottensalat: e * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:594.98/142,6 | Fett:4,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:19,9g | davon Zucker:1,8g | Eiweiß:4,8g | Salz:0,9g

21.01.2026, Menü 1, Spaghetti mit Linsenbolognese und Salat * Linsenbolognese: e,j * Salat bunt: keine * Salatdressing: e,l * Spaghetti: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:364.53/87,3 | Fett:2,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:14,4g | davon Zucker:0,6g | Eiweiß:2,7g | Salz:0,6g

21.01.2026, Menü 2, Hausgemachte Fischfrikadellen mit Dillsoße und Reis * Dillsoße: a,a1,d,e * Fischfrikadellen hausgemacht: a,a1,a2,a3,a4,b,d,e,f,i,l * Reis Langkorn: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:536.32/128,3 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:17,8g | davon Zucker:0,5g | Eiweiß:5,8g | Salz:0,9g

21.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Salat bunt: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:607.55/145,2 | Fett:4,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:21,0g | davon Zucker:1,4g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,9g

22.01.2026, Menü 1, Gekochtes Ei mit Senfsoße und Petersilienkartoffel, dazu Obst * Ei gekocht: b * Obst (Apfel): keine * Salzkartoffel: keine * Senfsoße: a,a1,d,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:331.01/79,6 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:9,0g | davon Zucker:2,8g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,5g

22.01.2026, Menü 2, Gnocchis mit provenzalischer Soße und Salat * Gnocchi: a,a1 * Provenzalische Soße: a,a1,d * Weißkraut-Karotten Rohkostsalat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:372.91/89,0 | Fett:6,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:6,4g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:1,0g | Salz:0,7g

22.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Kräutersoße und Reibekäse, dazu Salat * Kräutersoße: a,a1,d,e * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Weißkraut-Karotten Rohkostsalat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:620.12/148,8 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:20,7g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,8g

23.01.2026, Menü 1, Broccolisuppe, Grießbrei mit Kirschen * Broccolisuppe: a,a1,d,e * Grießbrei (warm): a,a1,d * Kirschen gebunden: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:331.01/79,8 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:10,9g | davon Zucker:5,6g | Eiweiß:2,6g | Salz:0,3g

23.01.2026, Menü 2, Hausgemachter Karotten-Kürbisbratling mit Schnittlauchdip und Salzkartoffeln * Karotten-Kürbisbratling: a,a1,b,e * Salzkartoffel: keine * Schnittlauch-Dip: b,d,e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:393.86/94,2 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:13,4g | davon Zucker:2,2g | Eiweiß:3,8g | Salz:0,8g

23.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse, dazu Salat und Apfelmilchreis * Apfel-Milchreis: d * Pasta für Tomatensoße: a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße für Pasta: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:636.88/152,3 | Fett:5,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:21,4g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:4,6g | Salz:0,6g