

Wochenmenü

KW 05, 26.01.2026 - 01.02.2026
Schulen

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



Montag 26.01.2026	Dienstag 27.01.2026	Mittwoch 28.01.2026	Donnerstag 29.01.2026	Freitag 30.01.2026
Ravioli mit Frischkäsesoße, und Schokopudding a, a1, d, e	Spinalnudeln mit Soße nach Carbonara-Art, dazu Salat a, a1, d, e, l	Asiatisches Süßkartoffel-Ragout, mit Kokos-Currysoße, Reis und Obst a, a1, d, e, f	Rührei mit Kartoffeln und Spinat a, a1, b, d	Rindergulasch mit Paprika dazu Reis und Salat a, a1, d, e, l
Ratatouille mit Reis und Schokopudding a, a1, d, e	Kartoffeln mit mediterranem Dip und Salat d, e, l	Hausgemachte Semmelknödel mit Champignon-Ragout und Obst a, a1, a2, a3, a4, b, d, e, f	Tortellini mit Spinatsoße, und Salat a, a1, b, d, e, j	Gemüsesuppe, dazu Ofenschlupfer mit Vanillesoße a, a1, a2, a3, a4, b, d, e, f
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Schokopudding a, a1, d	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Obst a, a1, d	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Obst a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat 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, j=Soja, l=Senf



Vegetarisch



mit Geflügel



mit Ei



mit Rindfleisch



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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 26.01.2026 - 01.02.2026

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

26.01.2026, Menü 1, Ravioli mit Frischkäsesoße, und Schokopudding * Frischkäsesoße: a,a1,d,e * Ravioli : a,a1,d * Schoko-Pudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:523.75/125,5 | Fett:9,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:7,3g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:2,0g | Salz:1,3g

26.01.2026, Menü 2, Ratatouille mit Reis und Schokopudding * Ratatouille: a,a1,d,e * Reis Langkorn: keine * Schoko-Pudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:465.09/111,0 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:20,1g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:2,7g | Salz:0,7g

26.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Schokopudding * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Schoko-Pudding: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:569.84/136,7 | Fett:3,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:20,4g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,7g

27.01.2026, Menü 1, Spiralnudeln mit Soße nach Carbonara-Art, dazu Salat * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Soße nach Carbonara Art: a,a1,d,e * Spirelli: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:234.64/56,1 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:3,6g | davon Zucker:0,9g | Eiweiß:0,8g | Salz:0,6g

27.01.2026, Menü 2, Kartoffeln mit mediterranem Dip und Salat * Mediteraner Dip: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Salzkartoffel groß: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:305.87/73,9 | Fett:2,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:10,1g | davon Zucker:1,8g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,8g

27.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Obst * Obst (Apfel,Birne): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:565.65/135,6 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:22,2g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,7g

28.01.2026, Menü 1, Asiatisches Süßkartoffel-Ragout, mit Kokos-Currysoße, Reis und Obst * Asiatisches Süßkartoffel-Ragout: a,a1,d,e,f * Obst (Mandarine,Apfel): keine * Reis (weiss): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:578.22/138,8 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:24,6g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:2,5g | Salz:0,8g

28.01.2026, Menü 2, Hausgemachte Semmelknödel mit Champignon-Ragout und Obst * Champignon-Ragout: a,a1,d,e * Obst (Mandarine,Apfel): keine * Semmelknöde: a,a1,a2,a3,a4,b,d,f * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:456.71/109,2 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:15,7g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:3,9g | Salz:0,8g

28.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat * Obst (Mandarine,Apfel): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:511.18/122,9 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:18,7g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,7g

29.01.2026, Menü 1, Rührei mit Kartoffeln und Spinat * Rührei: b,d * Salzkartoffel: keine * Spinat: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:351.96/84,4 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:8,3g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,9g

29.01.2026, Menü 2, Tortellini mit Spinatsoße, und Salat * Karottensalat: e * Spinatsoße: a,a1,d,e * Tortellini (vegetarisch): a,a1,b,d,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:532.13/127,5 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:16,8g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:4,2g | Salz:1,0g

29.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat * Karottensalat: e * Reibekäse: d * Spirelli: a,a1 * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:289.11/69,3 | Fett:5,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:2,8g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,9g

30.01.2026, Menü 1, Rindergulasch mit Paprika dazu Reis und Salat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Reis Langkorn: keine * Rindergulasch (ohne Soße): keine * Rindergulaschsoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:439.95/105,5 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:14,3g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,8g

30.01.2026, Menü 2, Gemüsesuppe, dazu Ofenschlupfer mit Vanillesoße * Gemüsesuppe: a,a1,d,e * Ofenschlupfer: a,a1,a2,a3,a4,b,d,f * Vanillesoße ohne Ei: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:347.77/83,1 | Fett:2,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:12,1g | davon Zucker:5,6g | Eiweiß:3,2g | Salz:0,2g

30.01.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Reibekäse: d * Spirelli für Tomatensoße: a,a1 * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:255.59/61,2 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:2,1g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:2,2g | Salz:0,8g