

Wochenmenü

KW 11, 09.03.2026 - 15.03.2026
Schulen

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



Montag 09.03.2026	Dienstag 10.03.2026	Mittwoch 11.03.2026	Donnerstag 12.03.2026	Freitag 13.03.2026
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, l	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, l	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 09.03.2026 - 15.03.2026

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

09.03.2026, 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:532.13/127,1 | Fett:9,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:7,2g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:1,9g | Salz:1,5g

09.03.2026, Menü 2, Ratatouille mit Reis und Schokopudding * Ratatouille: a,a1,d,e * Reis Langkorn: keine * Schoko-Pudding: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:481.85/115,7 | Fett:2,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:20,5g | davon Zucker:3,9g | Eiweiß:2,7g | Salz:0,8g

09.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Schokopudding * Penne : a,a1 * Reibekäse: d * Schoko-Pudding: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:569.84/136,8 | Fett:3,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:20,1g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:5,0g | Salz:0,7g

10.03.2026, Menü 1, Spiralnudeln mit Soße nach Carbonara-Art, dazu Salat * Fussili: a,a1 * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Soße nach Carbonara Art: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:230.45/55,2 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:3,6g | davon Zucker:0,8g | Eiweiß:0,8g | Salz:0,6g

10.03.2026, 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:301.68/72,6 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:10,2g | davon Zucker:1,9g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,8g

10.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Obst * Obst (Banane): keine * Pasta: a,a1,d * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:251.4/60,8 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:6,2g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:2,0g | Salz:0,5g

11.03.2026, Menü 1, Asiatisches Süßkartoffel-Ragout, mit Kokos-Currysoße, Reis und Obst * Asiatisches Süßkartoffel-Ragout: a,a1,d,e,f * Obst (Apfel): keine * Reis (weiss): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:569.84/136,9 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:24,2g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:2,5g | Salz:0,7g

11.03.2026, Menü 2, Hausgemachte Semmelknödel mit Champignon-Ragout und Obst * Champignon-Ragout: a,a1,d,e * Obst (Apfel): keine * Semmelklöße: a,a1,a2,a3,a4,b,d,f * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:435.76/104,7 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:2,7g | Eiweiß:3,7g | Salz:0,8g

11.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Obst * Obst (Apfel): keine * Penne : a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:536.32/128,3 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:19,4g | davon Zucker:2,8g | Eiweiß:4,4g | Salz:0,8g

12.03.2026, Menü 1, Rührei mit Kartoffeln und Spinat * Rührei: b,d * Salzkartoffel: keine * Spinat: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:339.39/81,8 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:8,1g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,9g

12.03.2026, Menü 2, Tortellini mit Spinatsoße, und Salat * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Spinatsoße: a,a1,d,e * Tortellini (vegetarisch): a,a1,b,d,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:682.97/163,1 | Fett:5,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:22,2g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:5,6g | Salz:1,3g

12.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat * Pasta: e,l * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:184.36/44,2 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:1,9g | davon Zucker:0,8g | Eiweiß:1,9g | Salz:0,5g

13.03.2026, 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:444.14/106,2 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:14,0g | davon Zucker:1,1g | Eiweiß:5,2g | Salz:0,9g

13.03.2026, 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:444.14/106,3 | Fett:3,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:14,1g | davon Zucker:6,0g | Eiweiß:3,7g | Salz:0,4g

13.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat * Fussili für Tomatensoße: d * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:196.93/47,2 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:1,9g | davon Zucker:0,8g | Eiweiß:1,9g | Salz:0,5g