

Wochenmenü

KW 14, 30.03.2026 - 05.04.2026

Schulen

Hausgemacht Bio-Catering GmbH

Hauptstraße 107

75056 Sulzfeld

Telefon: 07269 919908-0

Fax: 07269 919908-23



Montag 30.03.2026	Dienstag 31.03.2026	Mittwoch 01.04.2026	Donnerstag 02.04.2026	Freitag 03.04.2026
 Kartoffeln mit Kräuterquark, und Salat d, e	 Penne mit Rinderbolognese und Rohkost-Salat  a, a1, e, l	 Hausgemachte Kartoffeltaler mit Ratatouille und Fruchtedrink  a, a1, b, d, e	 Fischragout * in cremiger Soße mit Wurzelgemüse, dazu Reis und Mandelpudding  a, a1, d, e, i, k, k1	Karfreitag
 Buntes Kartoffel-Möhren-Ragout mit Reis und Rote Bete Salat  a, a1, d, e	Gemüsesuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße  a, a1, b, d, e	Bauernspätzle mit Champignonsoße, und Fruchtedrink  a, a1, d, e	Gnocchi mit Kürbissoße und Karotten-Zucchini Salat  a, a1, d, e	
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat  a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat  d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat und Fruchtedrink  a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Karotten-Zucchini Salat  a, a1, d, e	



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, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch aus Wildfang, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, l=Senf



Vegetarisch



mit Rindfleisch



Fisch aus Wildfang



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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 30.03.2026 - 05.04.2026

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

30.03.2026, Menü 1, Kartoffeln mit Kräuterquark, und Salat * Kräuterquark: d,e * Rote Beete-Salat: e * Salzkartoffel groß: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:280.73/67,2 | Fett:1,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:10,0g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,9g

30.03.2026, Menü 2, Bunter Kartoffel-Möhren-Ragout mit Reis und Rote Bete Salat * Bunter Kartoffel-Möhren-Ragout: a,a1,d,e * Reis Langkorn: keine * Rote Beete-Salat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:519.56/124,3 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:20,5g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:2,4g | Salz:0,8g

30.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat * Fussili: a,a1 * Reibekäse: d * Rote Beete-Salat: e * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:293.3/70,1 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:3,7g | davon Zucker:2,3g | Eiweiß:2,5g | Salz:1,0g

31.03.2026, Menü 1, Penne mit Rinderbolognese und Rohkost-Salat * Bolognese-Soße (Rind): a,a1,e * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:297.49/71,7 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:3,6g | davon Zucker:1,6g | Eiweiß:6,4g | Salz:0,8g

31.03.2026, Menü 2, Gemüsesuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße * Gemüsesuppe: a,a1,d,e * Kaiserschmarrn 2: a,a1,b,d * Vanillesoße ohne Ei: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:322.63/77,1 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:9,2g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:2,2g | Salz:0,5g

31.03.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Pasta: d * Reibekäse: d * Tomatensoße für Pasta: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:565.65/135,2 | Fett:11,0g | davon gesättigte Fettsäuren:4,9g | Kohlenhydrate:1,4g | davon Zucker:1,3g | Eiweiß:7,6g | Salz:0,6g

01.04.2026, Menü 1, Hausgemachte Kartoffeltaler mit Ratatouille und Fruchtedrink * Joghurtdrink mit Früchten: d * Kartoffeltaler: a,a1,b,e * Ratatouille: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:439.95/105,7 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:13,8g | davon Zucker:4,7g | Eiweiß:3,5g | Salz:0,8g

01.04.2026, Menü 2, Bauernspätzle mit Champignonsoße, und Fruchtedrink * Bauernspätzle: a,a1 * Bechamelsoße m.Champignon: a,a1,d,e * Joghurtdrink mit Früchten: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:393.86/94,9 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:13,1g | davon Zucker:2,8g | Eiweiß:3,3g | Salz:0,5g

01.04.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat und Fruchtedrink * Joghurtdrink mit Früchten: d * Pasta: a,a1,d * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:356.15/85,5 | Fett:5,1g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:6,1g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,8g

02.04.2026, Menü 1, Fischragout * in cremiger Soße mit Wurzelgemüse, dazu Reis und Mandelpudding * Gemüsesoße: a,a1,d,e * Pudding (Mandel): d,k,k1 * Reis Langkorn: keine * Wildlachs: i * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:486.04/116,2 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:16,2g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,7g

02.04.2026, Menü 2, Gnocchi mit Kürbissoße und Karotten-Zucchini Salat * Gnocchi: a,a1 * Karotten-Zucchini-Salat: e * Kürbissoße: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:276.54/66,9 | Fett:4,7g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:4,9g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:1,0g | Salz:0,5g

02.04.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Karotten-Zucchini Salat * Karotten-Zucchini-Salat: e * Pasta: d * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:406.43/97,3 | Fett:6,8g | davon gesättigte Fettsäuren:2,5g | Kohlenhydrate:4,5g | davon Zucker:2,2g | Eiweiß:4,4g | Salz:1,0g