

Wochenmenü

KW 16, 15.04.2024 - 21.04.2024
Schulen

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



Montag 15.04.2024	Dienstag 16.04.2024	Mittwoch 17.04.2024	Donnerstag 18.04.2024	Freitag 19.04.2024
Kartoffelgratin Rote Beete-Salat und Obst a, a1, d, e	Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Petersilienkartoffeln und Obst a, a1, d	Gemüsepfanne Asia mit Kokos-Currysoße Reis und Obst a, a1, d, e, f	Rührei mit Kartoffeln und Spinat a, a1, b, d	Rindergulasch-Eintopf mit Paprika, Kartoffeln und Brötchen, dazu Rohkostsalat a, a1, d, e
Ratatouille mit Reis und Rote Beete-Salat d, e	Käsespätzle mit Gurkensalat und Obst a, a1, b, d, e, l	Hausgemachte Semmelklöße mit Champignon-Ragout und Obst a, a1, a2, a4, b, d, e, f	Gnocchi mit Spinatsoße, und Salat a, a1, b, d, e, f, j, l	Hausgemachter Kichererbsenbratling mit Rahmwirsing und Schokopudding a, a1, a2, a4, b, d, e, f
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat und Stracciatellajoghurt-Quarkdess ert a, a1, d, e, k, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Obst a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat 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, a2=Dinkel, a4=Hafer, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf



vegetarisch



geflügel



vegetarisch



vegetarisch



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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 15.04.2024 - 21.04.2024

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

15.04.2024, Menü 1, Kartoffelgratin Rote Beete-Salat und Obst * Kartoffelgratin: a,a1,d,e * Obst (Banane): keine * Rote Beete-Salat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:427.38/102,0 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:13,0g | davon Zucker:5,8g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,6g

15.04.2024, Menü 2, Ratatouille mit Reis und Rote Beete-Salat * Ratatouille: d,e * Reis hell: keine * Rote Beete-Salat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:381.29/91,0 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:16,3g | davon Zucker:2,9g | Eiweiß:2,0g | Salz:0,9g

15.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Rote Beete-Salat: e * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:385.48/92,7 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:12,5g | davon Zucker:2,2g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,8g

16.04.2024, Menü 1, Geflügelfleischkäse mit Bratensoße, Petersilienkartoffeln und Obst * Bratensoße (Rind): a,a1,d * Geflügel-Fleischkäse: keine * Obst (Apfel/Banane): keine * Petersilienkartoffel: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:230.45/55,3 | Fett:0,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,0g | Kohlenhydrate:11,1g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:1,3g | Salz:0,6g

16.04.2024, Menü 2, Käsespätzle mit Gurkensalat und Obst * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Käsespätzle: a,a1,b,d,e * Obst (Apfel/Banane): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:561.46/134,6 | Fett:5,4g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:15,9g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:5,1g | Salz:0,5g

16.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse,dazu Salat und Stracciatellajoghurt-Quarkdessert * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Joghurt-Quarkdessert Stracciatella: d,k * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:419/100,2 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,6g

17.04.2024, Menü 1, Gemüsepfanne Asia mit Kokos-Currysoße Reis und Obst * Gemüsegulasch Asia: a,a1,d,e,f * Obst (Apfel): keine * Reis (weiss): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:423.19/101,0 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:17,4g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:2,0g | Salz:0,5g

17.04.2024, Menü 2, Hausgemachte Semmelklöße mit Champignon-Ragout und Obst * Champignon-Ragout: a,a1,d,e * Obst (Apfel): keine * Semmelklöße: a,a1,a2,a4,b,d,f * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:791.91/189,9 | Fett:4,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,7g | Kohlenhydrate:30,4g | davon Zucker:5,5g | Eiweiß:6,7g | Salz:1,1g

17.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Obst * Karottensalat: e * Obst (Apfel): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:502.8/120,3 | Fett:3,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:18,1g | davon Zucker:3,7g | Eiweiß:4,0g | Salz:0,8g

18.04.2024, Menü 1, Rührei mit Kartoffeln und Spinat * Rührei: b,d * Salzkartoffel: keine * Spinat: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:351.96/84,3 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:8,3g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,9g

18.04.2024, Menü 2, Gnocchi mit Spinatsoße, und Salat * Salat: keine * Kartoffel-Gnocchi: a,a1,b,f,j * Salatdressing: e,l * Spinatsoße: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:666.21/159,0 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:25,2g | davon Zucker:0,5g | Eiweiß:2,5g | Salz:1,0g

18.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat * Salat: keine * Reibekäse: d * Salatdressing: e,l * Spirelli: a,a1 * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:523.75/125,4 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:17,8g | davon Zucker:1,4g | Eiweiß:4,2g | Salz:0,8g

19.04.2024, Menü 1, Rindergulasch-Eintopf mit Paprika,Kartoffeln und Brötchen, dazu Rohkostsalat * Rindfleisch für Gulaschsuppe: keine * Brötchen: a,a1 * Karottensalat: e * Soße für Rindergulaschsuppe: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:498.61/119,3 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:9,8g | davon Zucker:2,6g | Eiweiß:7,3g | Salz:0,5g

19.04.2024, Menü 2, Hausgemachter Kichererbsenbratling mit Rahmwirsing und Schokopudding * Karottensalat: e * Kichererbsenbratling hausgemacht: a,a1,a2,a4,b,d,e,f * Schoko-Pudding: d * Wirsingmüse: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:599.17/143,8 | Fett:4,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:17,6g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:6,9g | Salz:1,0g

19.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat * Karottensalat: e * Reibekäse: d * Spirelli für Tomatensoße: keine * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:243.02/58,7 | Fett:4,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:1,9g | davon Zucker:1,6g | Eiweiß:2,2g | Salz:0,9g