

# Wochenmenü

KW 18, 29.04.2024 - 05.05.2024  
Schulen

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



Montag 29.04.2024	Dienstag 30.04.2024	Mittwoch 01.05.2024	Donnerstag 02.05.2024	Freitag 03.05.2024
Kichererbsen- Pfanne mit Cous-Cous , dazu Obst a, a1, d, e	Kartoffeleintopf mit Wurzelgemüse, Brötchen und Obst a, a1, d, e	Maifeiertag	Piraten-Fischragout mit Kartoffeln und Salat a, a1, d, e, i, l	Hausgemachte Hackfleisch-Lasagne vom Rind, mit Karotten-Weißkraut-Salat und Obst a, a1, d, e
Djuvec-Reis dazu Tomatensoße, Rohkostsalat und Obst a, a1, d, e, l	Tortellini mit Käsesoße und Salat a, a1, d, e, j		Blumenkohlbratling mit Kräutersoße und Reis, dazu Früchte-Joghurtdrink a, a1, b, d, e	Grießbrei mit Zimt und Zucker, dazu Broccolisuppe a, a1, d, e
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, dazu Obst und Rohkostsalat a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse dazu Salat a, a1, d, e		Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse und Salat, dazu Früchte-Joghurtdrink a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse Salat 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, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, l=Senf



vegetarisch



vegetarisch



vegetarisch



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

# Wochenmenü

29.04.2024 - 05.05.2024  
Schulen

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



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 29.04.2024 - 05.05.2024

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

29.04.2024, Menü 1, Kichererbsen- Pfanne mit Cous-Cous , dazu Obst \* Cous-Cous für Kicherpfanne: a,a1 \* Kichererbsen-Pfanne: d,e \* Obst (Apfel): keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:481.85/115,4 | Fett:2,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:19,1g | davon Zucker:4,2g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,6g

29.04.2024, Menü 2, Djuvec-Reis dazu Tomatensoße, Rohkostsalat und Obst \* Djuvec-Reis: e \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Obst (Apfel): keine \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:301.68/72,1 | Fett:1,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:12,2g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:1,5g | Salz:0,7g

29.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, dazu Obst und Rohkostsalat \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Obst (Apfel): keine \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:364.53/87,8 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:11,8g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,6g

30.04.2024, Menü 1, Kartoffeleintopf mit Wurzelgemüse, Brötchen und Obst \* Brötchen: a,a1 \* Kartoffeleintopf mit Gemüse (püriert): d,e \* Obst (Banane): keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:339.39/81,9 | Fett:0,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:15,5g | davon Zucker:5,1g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,3g

30.04.2024, Menü 2, Tortellini mit Käsesoße und Salat \* Käsesoße: a,a1,d \* Rote Beete-Salat: e \* Tortellini (vegetarisch): a,a1,j \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:632.69/151,6 | Fett:6,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:19,7g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:4,7g | Salz:1,2g

30.04.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse dazu Salat \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Rote Beete-Salat: e \* Tomatensoße für Pasta: a,a1,d,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:398.05/95,7 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:12,8g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:3,7g | Salz:0,7g

02.05.2024, Menü 1, Piraten-Fischragout mit Kartoffeln und Salat \* Piraten-Fisch-Ragout: a,a1,d,i \* Salat: keine \* Salatdressing: e,l \* Salzkartoffel: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:326.82/78,3 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:8,3g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,7g

02.05.2024, Menü 2, Blumenkohlbratling mit Kräutersoße und Reis, dazu Früchte-Joghurtdrink \* Blumenkohlbratling hausgemacht: a,a1,b,d,e \* Joghurtdrink mit Früchten: d \* Kräutersoße : a,a1,d,e \* Reis hell: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:423.19/101,0 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:14,9g | davon Zucker:3,2g | Eiweiß:3,3g | Salz:0,6g

02.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse und Salat, dazu Früchte-Joghurtdrink \* Joghurtdrink mit Früchten: d \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Salat: keine \* Salatdressing: e,l \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:372.91/89,9 | Fett:3,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,6g

03.05.2024, Menü 1, Hausgemachte Hackfleisch-Lasagne vom Rind, mit Karotten-Weißkraut-Salat und Obst \* Hackfleisch-Lasagne: a,a1,d,e \* Obst (Apfel): keine \* Weißkraut-Karotten rohkostsalat: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:469.28/112,7 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:13,0g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:5,7g | Salz:0,7g

03.05.2024, Menü 2, Grießbrei mit Zimt und Zucker, dazu Broccolisuppe \* Broccolisuppe: a,a1,d,e \* Grießbrei (warm): a,a1,d \* Zimt-Zucker: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:326.82/78,3 | Fett:2,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:11,8g | davon Zucker:7,5g | Eiweiß:2,6g | Salz:0,3g

03.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse Salat \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Salat: keine \* Salatdressing: e,l \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:385.48/92,8 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:3,7g | Salz:0,8g