

# Wochenmenü

KW 20, 13.05.2024 - 19.05.2024  
Schulen

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



Montag 13.05.2024	Dienstag 14.05.2024	Mittwoch 15.05.2024	Donnerstag 16.05.2024	Freitag 17.05.2024
Vollkorn-Pasta mit frischer Gemüesoße und Obst  a, a1, b, d, e	Gemüsesticks mit Dip und Petersilienkartoffeln, dazu Obst  d, e	Hackbällchen vom Rind mit Bratensoße und Reis dazu Salat  a, a1, a2, a4, b, d, e, f, l	Broccolisuppe dazu Schupfnudeln und Apfelbrei  a, a1, b, d, e	Wildlachswürfel (Fisch kann Gräten enthalten) mit heller Soße, dazu Salzkartoffeln und Salat  a, a1, d, e, i
Kartoffeln nach Rahmplättchen Art mit Rote Beete-Salat  a, a1, d, e	Ravioli mit Paprika-Tomatensoße und Obst  a, a1, d	Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelbrei und Erbsen-Möhrengemüse  a, a1, b, d, e	Spätzle mit Blumenkohl-Broccolissoße und Salat  a, a1, b, d, e, l	Maccaroni mit Spinatsoße und Salat  a, a1, d, e
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße ,Reibekäse, und Rote Beete-Salat  a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat und Obst  a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat  a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat  a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, dazu Reibekäse und 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, a2=Dinkel, a4=Hafer, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch aus Wildfang, l=Senf



geflügel



vegetarisch



vegetarisch



vegetarisch



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



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 13.05.2024 - 19.05.2024

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

13.05.2024, Menü 1, Vollkorn-Pasta mit frischer Gemüesoße und Obst \* Gemüesoße: a,a1,d,e \* Obst (Apfel): keine \* Penne Vollkorn: a,a1,b \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:351.96/84,2 | Fett:1,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:14,0g | davon Zucker:3,3g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,5g

13.05.2024, Menü 2, Kartoffeln nach Rahmplättchen Art mit Rote Beete-Salat \* Kartoffeln nach Rahmplättchen Art: a,a1,d,e \* Rote Beete-Salat: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:314.25/75,4 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:10,0g | davon Zucker:2,3g | Eiweiß:1,7g | Salz:0,7g

13.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße ,Reibekäse, und Rote Beete-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

14.05.2024, Menü 1, Gemüsesticks mit Dip und Petersilienkartoffeln, dazu Obst \* Kräuterquark: d,e \* Obst (Apfel): keine \* Petersilienkartoffel: keine \* Rohkost-Gemüsesticks: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:289.11/69,4 | Fett:1,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:10,7g | davon Zucker:4,0g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,9g

14.05.2024, Menü 2, Ravioli mit Paprika-Tomatensoße und Obst \* Obst (Apfel): keine \* Paprika-Tomatensoße: d \* Ravioli : a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:314.25/75,8 | Fett:5,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:7,0g | davon Zucker:5,9g | Eiweiß:0,5g | Salz:1,1g

14.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat und Obst \* Obst (Apfel): keine \* Penne für Tomatensoße: a,a1 \* Reibekäse: d \* Salat: keine \* Salatdressing: e,l \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:515.37/123,6 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:19,4g | davon Zucker:3,4g | Eiweiß:4,3g | Salz:0,8g

15.05.2024, Menü 1, Hackbällchen vom Rind mit Bratensoße und Reis dazu Salat \* Bratensoße (Rind): a,a1,d \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Hackbällchen (Rind): a,a1,a2,a4,b,f \* Reis hell: keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:402.24/96,1 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:13,4g | davon Zucker:0,7g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,6g

15.05.2024, Menü 2, Paniertes Schweineschnitzel mit Kartoffelbrei und Erbsen-Möhrengemüse \* Erbsen-Möhren: a,a1,d,e \* Kartoffelbrei 3: d \* panierte Schnitzel: a,a1,b \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:465.09/111,6 | Fett:5,3g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:9,9g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:5,8g | Salz:0,5g

15.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Tomatensoße für Pasta: a,a1,d,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:389.67/93,0 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:11,6g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:3,5g | Salz:0,6g

16.05.2024, Menü 1, Broccolisuppe dazu Schupfnudeln und Apfelbrei \* Apfelbrei: keine \* Broccolisuppe: a,a1,d,e \* Schupfnudeln: a,a1,b \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:448.33/107,6 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:17,3g | davon Zucker:6,1g | Eiweiß:2,2g | Salz:0,6g

16.05.2024, Menü 2, Spätzle mit Blumenkohl-Broccolissoße und Salat \* Bauernspätzle: a,a1,b \* Blumenkohl/Broccoli in Bechamelsoße: a,a1,d,e \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:439.95/105,7 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:14,8g | davon Zucker:0,9g | Eiweiß:3,5g | Salz:0,4g

16.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Reibekäse: d \* Teigwaren: a,a1 \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:519.56/124,1 | Fett:3,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:17,9g | davon Zucker:1,4g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,8g

17.05.2024, Menü 1, Wildlachswürfel (Fisch kann Gräten enthalten) mit heller Soße, dazu Salzkartoffeln und Salat \* Karottensalat: e \* Salzkartoffel: keine \* Soße für Lachsgericht: a,a1,d,e \* Wildlachs: i \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:360.34/86,2 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:8,9g | davon Zucker:1,5g | Eiweiß:4,4g | Salz:0,8g

17.05.2024, Menü 2, Maccaroni mit Spinatsoße und Salat \* Karottensalat: e \* Maccaroni: a,a1 \* Spinatsoße: a,a1,d,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:456.71/109,9 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:17,5g | davon Zucker:1,1g | Eiweiß:3,2g | Salz:0,8g

17.05.2024, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, dazu Reibekäse und Salat \* Karottensalat: e \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:410.62/98,2 | Fett:3,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:12,4g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,8g