

Wochenmenü

KW 29, 14.07.2025 - 20.07.2025
Schulen

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



Montag 14.07.2025	Dienstag 15.07.2025	Mittwoch 16.07.2025	Donnerstag 17.07.2025	Freitag 18.07.2025
Kartoffeln mit mediterranem Dip und Himbeerquark NEU 	Kartoffeleintopf mit Wurzelgemüse, Geflügel-Wiener und Obst 	Asiatisches Süßkartoffel-Ragout, mit Kokos-Currysoße, Reis und Mangojoghurt NEU 	Rührei mit Kartoffeln und Spinat 	Bunte Hühnerfrikasse mit Erbsen, Karotten, Lauch dazu Reis und Salat
Ratatouille mit Reis und Himbeerquark 	Ravioli mit Frischkäsesoße, Salat und Obst 	Spätzle mit Champignon-Ragout und Obst 	Tortellini mit Spinatsoße, und Salat 	Gemüsesuppe, dazu Ofenschlupfer mit Vanillesoße
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Himbeerquark 	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Obst 	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat Obst 	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat 	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat



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



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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 14.07.2025 - 20.07.2025

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

14.07.2025, Menü 1, Kartoffeln mit mediterranem Dip und Himbeerquark * Himbeerquark: d * Mediteraner Dip: d * Salzkartoffel groß: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:364.53/87,9 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:11,0g | davon Zucker:3,8g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,6g

14.07.2025, Menü 2, Ratatouille mit Reis und Himbeerquark * Himbeerquark: d * Ratatouille: a,a1,d,e * Reis Langkorn: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:486.04/116,7 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:19,2g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:4,0g | Salz:0,7g

14.07.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Himbeerquark * Himbeerquark: d * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:578.22/138,8 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:19,5g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:6,1g | Salz:0,7g

15.07.2025, Menü 1, Kartoffeleintopf mit Wurzelgemüse, Geflügel-Wiener und Obst * Geflügel-Wienerle: a2 * Kartoffeleintopf mit Gemüse (püriert): d,e * Obst (Birne/Banane): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:314.25/75,6 | Fett:1,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:12,3g | davon Zucker:5,3g | Eiweiß:3,0g | Salz:0,4g

15.07.2025, Menü 2, Ravioli mit Frischkäsesoße, Salat und Obst * Frischkäsesoße: a,a1,d,e * Obst (Birne/Banane): keine * Ravioli : a,a1,d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:490.23/117,3 | Fett:7,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:9,9g | davon Zucker:6,0g | Eiweiß:1,2g | Salz:1,3g

15.07.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Obst * Obst (Birne/Banane): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:561.46/134,4 | Fett:2,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:22,2g | davon Zucker:4,8g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,7g

16.07.2025, Menü 1, Asiatisches Süßkartoffel-Ragout, mit Kokos-Currysoße, Reis und Mangojoghurt * Asiatisches Süßkartoffel-Ragout: a,a1,d,e,f * Mangojoghurt: d * Reis (weiss): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:657.83/157,2 | Fett:4,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:25,5g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:3,8g | Salz:0,8g

16.07.2025, Menü 2, Spätzle mit Champignon-Ragout und Obst * Bauernspätzle: a,a1 * Champignon-Ragout: a,a1,d,e * Obst (Birne/Banane): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:607.55/145,8 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:21,6g | davon Zucker:5,4g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,9g

16.07.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Salat * Obst (Birne/Banane): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Salat: keine * Salatdressing: e,l * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:515.37/123,5 | Fett:2,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:19,8g | davon Zucker:4,5g | Eiweiß:4,2g | Salz:0,8g

17.07.2025, Menü 1, Rührei mit Kartoffeln und Spinat * Rührei: b,d * Salzkartoffel: keine * Spinat: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:351.96/84,4 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:8,3g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,9g

17.07.2025, 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:456.71/109,9 | Fett:3,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:15,0g | davon Zucker:1,8g | Eiweiß:3,9g | Salz:0,9g

17.07.2025, 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:230.45/55,9 | Fett:4,6g | davon gesättigte Fettsäuren:1,5g | Kohlenhydrate:1,2g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:2,3g | Salz:1,0g

18.07.2025, Menü 1, Buntes Hühnerfrikasse mit Erbsen, Karotten, Lauch dazu Reis und Salat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Hühner-Frikassee: a,a1,d * Reis Langkorn: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:385.48/92,3 | Fett:2,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:13,7g | davon Zucker:1,1g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,8g

18.07.2025, Menü 2, Gemüsesuppe, dazu Ofenschlupfer mit Vanillesoße * Gemüsesuppe: d,e * Ofenschlupfer: a,a1,a2,a3,a4,b,d,f * Vanillesoße ohne Ei: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:331.01/79,3 | Fett:2,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:5,4g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,2g

18.07.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße, Reibekäse, und Rohkostsalat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Reibekäse: d * Spirelli für Tomatensoße: a,a1 * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:226.26/54,0 | Fett:4,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:1,3g | davon Zucker:1,1g | Eiweiß:2,1g | Salz:0,8g