

# Wochenmenü

KW 37, 07.09.2026 - 13.09.2026

Schulen

Hausgemacht Bio-Catering GmbH

Hauptstraße 107

75056 Sulzfeld

Telefon: 07269 919908-0

Fax: 07269 919908-23



| Montag<br>07.09.2026                                                                   | Dienstag<br>08.09.2026                                                               | Mittwoch<br>09.09.2026                                                            | Donnerstag<br>10.09.2026                                                                           | Freitag<br>11.09.2026                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Vollkorn-Nudeln mit Grünkernbolognese und Rohkostsalat<br>a, a1, a2, e                 | Chili con carne vom Rind mit Reis und Salat<br>e, l                                  | Erbseneintopf mit Kartoffeln und Gemüseeinlage, dazu Brötchen, Obst<br>a, a1, e   | Wildlachswürfel* in cremiger Tomatensoße, mit Tagliatelle, und Zitronen-Quarkspeise<br>a, a1, d, i | Karottensuppe und Pfannkuchen mit Apfelbrei<br>a, a1, b, d, e                |
| Hausgemachter Süßkartoffelbratling mit fruchtiger Currysoße und Reis<br>a, a1, b, d, e | Gemüsegulasch mit Cous-Cous dazu Obst<br>a, a1, d, e                                 | Hausgemachte Gemüselasagne mit Salat dazu Vanillepudding<br>a, a1, d, e, l        | Spinatklöße mit Steinchampignonragout und Karottensalat<br>a, a1, b, d, e                          | Kartoffelgratin mit Rote Beete-Salat, dazu Obst<br>a, a1, d, e               |
| Pasta mit hausgemachter Käsesoße dazu Rohkostsalat<br>a, a1, d, e                      | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse, und Salat dazu Obst<br>a, a1, d, e, l | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Vanillepudding<br>a, a1, d | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße dazu Reibekäse und Rohkostsalat<br>a, a1, d, e                 | Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse, dazu Salat<br>a, a1, d, e |

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: 1=Fructose, 5=mit Rindfleisch, 6=mit Fisch aus Wildfang, 8=Laktose, 9=Milcheiweiß, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, i=Fisch aus Wildfang, l=Senf

Vegetarisch mit Rindfleisch mit Geflügel

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



## Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 07.09.2026 - 13.09.2026

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

07.09.2026, Menü 1, Vollkorn-Nudeln mit Grünkernbolognese und Rohkostsalat \* Fussili: a,a1 \* Grünkernbolognese: a,a2,e \* Rote Beete-Salat: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:205.31/49,6 | Fett:2,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:6,4g | davon Zucker:2,0g | Eiweiß:1,1g | Salz:0,8g

07.09.2026, Menü 2, Hausgemachter Süßkartoffelbratling mit fruchtiger Currysoße und Reis \* Früchte-Currysoße: a,a1,d \* Reis Langkorn: keine \* Süßkartoffel-Bratling: a,a1,b,e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:523.75/125,7 | Fett:2,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:22,5g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:3,1g | Salz:1,0g

07.09.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Käsesoße dazu Rohkostsalat \* Käsesoße: a,a1,d \* Pasta: a,a1 \* Rote Beete-Salat: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:611.74/146,5 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:22,6g | davon Zucker:2,7g | Eiweiß:4,0g | Salz:0,9g

08.09.2026, Menü 1, Chili con carne vom Rind mit Reis und Salat \* Salat: keine \* Chili con carne(Rind): keine \* Reis Langkorn: keine \* Salatdressing: e,l \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:410.62/98,7 | Fett:1,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:16,6g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:4,4g | Salz:0,9g

08.09.2026, Menü 2, Gemüsegulasch mit Cous-Cous dazu Obst \* Cous-Cous: a,a1 \* Gemüsegulasch: a,a1,d,e \* Obst (Banane): keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:523.75/125,2 | Fett:2,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:22,0g | davon Zucker:4,9g | Eiweiß:3,5g | Salz:0,8g

08.09.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse, und Salat dazu Obst \* Salat: keine \* Obst (Banane): keine \* Pasta: a,a1 \* Reibekäse: d \* Salatdressing: e,l \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:569.84/136,7 | Fett:3,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:21,2g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,8g

09.09.2026, Menü 1, Erbseneintopf mit Kartoffeln und Gemüseeinlage, dazu Brötchen, Obst \* Brötchen: a,a1 \* Erbseneintopf mit Kartoffeln: e \* Obst (Apfel): keine \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:347.77/83,5 | Fett:0,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:14,2g | davon Zucker:5,0g | Eiweiß:4,4g | Salz:0,4g

09.09.2026, Menü 2, Hausgemachte Gemüselasagne mit Salat dazu Vanillepudding \* Gemüse-Lasagne: a,a1,d,e \* Gurkensalat mit Dressing: e,l \* Pudding (Vanille): d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:456.71/109,3 | Fett:4,8g | davon gesättigte Fettsäuren:2,0g | Kohlenhydrate:11,6g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:4,6g | Salz:0,5g

09.09.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und Reibekäse dazu Vanillepudding \* Pasta: a,a1 \* Pudding (Vanille): d \* Reibekäse: d \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:599.17/143,3 | Fett:4,1g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:20,9g | davon Zucker:3,3g | Eiweiß:5,3g | Salz:0,7g

10.09.2026, Menü 1, Wildlachswürfel\* in cremiger Tomatensoße, mit Tagliatelle, und Zitronen-Quarkspeise \* Cremige Tomatensoße: a,a1,d \* Tagliatelle: a,a1 \* Wildlachs: i \* Zitronen-Quarkspeise: d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:502.8/120,2 | Fett:3,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:13,8g | davon Zucker:1,9g | Eiweiß:6,9g | Salz:0,5g

10.09.2026, Menü 2, Spinatklöße mit Steinchampignonragout und Karottensalat \* Bechamelsonse m.Champignon: a,a1,d,e \* Karottensalat: e \* Spinatklöße: a,a1,b,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:439.95/105,1 | Fett:3,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:14,4g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:3,3g | Salz:0,8g

10.09.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße dazu Reibekäse und Rohkostsalat \* Fussili: a,a1 \* Karottensalat: e \* Reibekäse: d \* Tomatensoße: a,a1,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:310.06/74,5 | Fett:5,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,6g | Kohlenhydrate:3,0g | davon Zucker:1,6g | Eiweiß:2,4g | Salz:1,0g

11.09.2026, Menü 1, Karottensuppe und Pfannkuchen mit Apfelbrei \* Apfelbrei: keine \* Karottensuppe: a,a1,d,e \* Pfannkuchen,salzig: a,a1,b,d \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:381.29/91,9 | Fett:2,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:15,2g | davon Zucker:7,4g | Eiweiß:2,6g | Salz:0,3g

11.09.2026, Menü 2, Kartoffelgratin mit Rote Beete-Salat, dazu Obst \* Kartoffelgratin: a,a1,d,e \* Obst (Apfel): keine \* Rote Beete-Salat: e \* Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:398.05/95,4 | Fett:4,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,7g | Kohlenhydrate:11,4g | davon Zucker:4,4g | Eiweiß:2,9g | Salz:0,6g

11.09.2026, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße und 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