

Wochenmenü

KW 40, 29.09.2025 - 05.10.2025
Schulen

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



Montag 29.09.2025	Dienstag 30.09.2025	Mittwoch 01.10.2025	Donnerstag 02.10.2025	Freitag 03.10.2025
Kartoffeln mit Kräuterquark, und Salat  d, e	😊 Penne mit Rinderbolognese  und Rohkost-Salat a, a1, e, l	😊 Kartoffeln mit Ratatouille und Obst  a, a1, d, e	😊 Fischragout * in Currysoße mit Reis und Obst  NEU a, a1, d, i	Tag der Deutschen Einheit
😊 Herbstliches, buntes Kartoffel-Möhren-Ragout mit Reis und Rote Bete Salat  a, a1, d, e	😊 Gemüsesuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße  a, a1, b, d, e	😊 Bauernspätzle mit Champignonsoße, und Obst  a, a1, d, e	😊 Gnocchi mit Kürbissoße und Karotten-Zucchini Salat  a, a1, b, d, e, f, j	
Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat  a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat  a, a1, d, e, l	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat und Obst  a, a1, d, e	Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Karotten-Zucchini 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, b=Eier, d=Milch, e=Sellerie, f=Sesam, i=Fisch aus Wildfang, j=Soja, l=Senf



Vegetarisch



mit Rindfleisch



Fisch aus Wildfang



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



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 29.09.2025 - 05.10.2025

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

29.09.2025, Menü 1, Kartoffeln mit Kräuterquark, und Salat * Kräuterquark: d,e * Rote Beete-Salat: e * Salzkartoffel groß: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:280.73/67,8 | Fett:1,5g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:9,9g | davon Zucker:2,5g | Eiweiß:2,9g | Salz:1,0g

29.09.2025, Menü 2, Herbstliches,buntes Kartoffel-Möhren-Ragout mit Reis und Rote Bete Salat * Buntes Kartoffel-Möhren-Ragout: a,a1,d,e * Reis Langkorn: keine * Rote Beete-Salat: e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:477.66/114,6 | Fett:1,9g | davon gesättigte Fettsäuren:0,3g | Kohlenhydrate:20,1g | davon Zucker:3,0g | Eiweiß:2,3g | Salz:0,9g

29.09.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat * Reibekäse: d * Rote Beete-Salat: e * Spirelli: a,a1 * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:247.21/59,8 | Fett:4,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:2,5g | davon Zucker:2,3g | Eiweiß:2,3g | Salz:1,0g

30.09.2025, Menü 1, Penne mit Rinderbolognese und Rohkost-Salat * Bolognese-Soße (Rind): a,a1,e * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Pasta: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:553.08/132,8 | Fett:2,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,6g | Kohlenhydrate:20,4g | davon Zucker:1,5g | Eiweiß:6,4g | Salz:0,8g

30.09.2025, Menü 2, Gemüsesuppe, Kaiserschmarrn mit Vanillesoße * Gemüsesuppe: d,e * Kaiserschmarrn 2: a,a1,b,d * Vanillesoße ohne Ei: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:234.64/56,5 | Fett:1,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:7,6g | davon Zucker:5,3g | Eiweiß:2,1g | Salz:0,2g

30.09.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Rohkost Salat * Gurkensalat mit Dressing: e,l * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße für Pasta: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:544.7/130,3 | Fett:3,8g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:18,8g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,7g

01.10.2025, Menü 1, Kartoffeln mit Ratatouille und Obst * Obst (Zwetschgen/Apfel): keine * Ratatouille: a,a1,d,e * Salzkartoffel groß: keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:289.11/69,9 | Fett:0,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:13,0g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:1,8g | Salz:0,7g

01.10.2025, Menü 2, Bauernspätzle mit Champignonsoße, und Obst * Bauernspätzle: a,a1 * Bechamelsonsoße m.Champignon: a,a1,d,e * Obst (Zwetschgen/Apfel): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:444.14/106,7 | Fett:2,4g | davon gesättigte Fettsäuren:0,9g | Kohlenhydrate:17,1g | davon Zucker:3,1g | Eiweiß:3,4g | Salz:0,4g

01.10.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße mit Reibekäse dazu Salat und Obst * Obst (Zwetschgen/Apfel): keine * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Rote Beete-Salat: e * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:628.5/150,8 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,1g | Kohlenhydrate:24,4g | davon Zucker:4,8g | Eiweiß:5,2g | Salz:0,9g

02.10.2025, Menü 1, Fischragout * in Currysoße mit Reis und Obst * Früchte-Currysoße: a,a1,d * Obst (Zwetschgen/Apfel): keine * Reis Langkorn: keine * Wildlachs: i * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:473.47/113,2 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:16,6g | davon Zucker:3,6g | Eiweiß:4,4g | Salz:0,5g

02.10.2025, Menü 2, Gnocchi mit Kürbissonsoße und Karotten-Zucchini Salat * Karotten-Zucchini-Salat: e * Kartoffel-Gnocchi: a,a1,b,f,j * Kürbissonsoße: a,a1,d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:582.41/139,1 | Fett:4,2g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:22,5g | davon Zucker:1,1g | Eiweiß:2,0g | Salz:0,8g

02.10.2025, Menü 3, Pasta mit hausgemachter Tomatensoße Reibekäse dazu Karotten-Zucchini Salat * Karotten-Zucchini-Salat: e * Pasta: a,a1 * Reibekäse: d * Tomatensoße: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kj/kcal:544.7/130,0 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,2g | Kohlenhydrate:19,5g | davon Zucker:1,7g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,9g