

Broccoli gehört zu der Familie der Kreuzblüter. Er ist vollgepackt mit vielen Nährstoffen, die das Immunsystem stärken und Krankheiten abwehren.

31. KW	28.07.2025	Anzahl	29.07.2025	Anzahl	30.07.2025	Anzahl	31.07.2025	Anzahl	01.08.2025	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 Geflügelbolognese (Hähnchen, Möhren, Sellerie, Lauch)		 bunter Salatteller (Eisbergsalat, Möhrenraspel, Gurkenscheiben, Tomaten, Mais, Hirtenkäse)		Kartoffel Kroketten		Reibekuchen (Kartoffel)		 Fischfrikadelle (Seelachs)	
	Vollkorn Spaghetti		Fladenbrot		Sauerrahmdip		Apfelmus		helle Petersiliensauce	
	geriebener Hartkäse				Broccoligemüse (natur)		Blattsalat		BIO Reis	
	Krautsalat (Öl&Essig)								Blattsalat	
Menü II vegetarisch	 vegetarische Bolognese (Soja)		 Semmelknödel		 vegetarisches Steak (Milch, Ei, Weizen)		 gefüllte Gnocchi mit Kräuters pesto		Gemüse "Donut" (Dinkel, Erbsen, Broccoli)	
	Vollkorn Spaghetti		Käsesauce		Kräutersauce		Tomatensauce		helle Petersiliensauce	
	geriebener Hartkäse		Möhrensalat (Öl&Essig)		BIO Kartoffeln		Blattsalat		BIO Reis	
	Krautsalat (Öl&Essig)				Erbsengemüse (natur)				Blattsalat	
Menü III			Penne		Rigatoni				feine Bandnudeln	
			Käsesauce		helle Erbsensauce				helle Bärlauchsauce	
			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse	
			Möhrensalat (Öl&Essig)		Blattsalat				Blattsalat	
Dessert	 Obst/Gemüesticks		 Eis		 Obst/Gemüesticks		 Knusperjoghurt		 Obst/Gemüesticks	
Salatsauce Auswahl			Frenchdressing		Italiandressing		Joghurd dressing		Americandressing	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

-  Geflügelfleisch
-  Rindfleisch
-  vegetarisch
-  Fisch





Linsen gibt es in vielen verschiedenen Farben, z.B. grün, braun oder gelb. Jede Farbe hat ihren eigenen Geschmack. Linsen sind umweltfreundlich, da sie beim Anbau nur wenig Wasser benötigen.



32. KW	04.08.2025		05.08.2025		06.08.2025		07.08.2025		08.08.2025	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Rindergulasch mit Paprikastreifen		italienischer Nudelsalat (Balsamicodressing, Rucola, Tomaten)		Karotte-Sesam Schnitzel		Kartoffeltaschen Frischkäse-Kräuterfüllung		gebratenes Wildlachsfilet	
	Kartoffelklößchen		Ciabattabrot		Kräuterdip		Basilikumdip		Dill-Senfsauce	
	grüner Bohnensalat (Öl&Essig)				Vollkornreis		Blattsalat		Salzkartoffeln	
Menü II vegetarisch	Linsenragout (Tomate, Sellerie, Lauch, Karotte)		Kartoffel-Paprikapfanne		Blaubeerpfannkuchen		vegetarische Frikadelle (Weizen)		kleine Kartoffeln mit Schale	
	Fusilli		Tomatensauce		Vanillesauce		Ebly (Zartweizen)		Gurkendip	
	grüner Bohnensalat (Öl&Essig)						Sahne- Gurkensalat		Blattsalat	
Menü III			Maccaroni		Vollkorn Boccolini		BIO Tortellini mit Gemüsefüllung (Karotten, Spinat, Erbsen)		bunte Farfalle	
			helle Zucchini sauce		helle Pestosauce		Tomatenrahmsauce		helle Paprikasauce	
			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
Dessert	Obst/Gemügesticks		Eis		Obst/Gemügesticks		Kirschquark		Obst/Gemügesticks	
Salatsauce Auswahl					Italiandressing		Frenchdressing		Americandressing	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

Geflügelfleisch
Rindfleisch
vegetarisch
Fisch





Tintenfischringe werden aus dem Fleisch der Tintenfische geschnitten. Sie enthalten viele wertvolle Omega-3-Fettsäuren. Diese sind wichtig für ein gesundes Herz.



33. KW	11.08.2025		12.08.2025		13.08.2025		14.08.2025		15.08.2025	
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	Quinoa-Erbсен Bratling		Gemüsetasche <small>(Ei, Sellerie, Zucchini, Karotte)</small>		Toast Hawaii <small>(Hähnchenbrust, Ananas, Currycreme, Gouda)</small>		bunter Salatteller <small>(Eisbergsalat, Möhrenraspel, Gurkenscheiben, Tomaten, Mais, Hirtenkäse)</small>		Tintenfisch Ringe	
	helle Kräutersauce		Schnittlauchdip						Zitronen-Knoblauch Mayonnaise	
	Vollkorn Penne		Kartoffeln		Krautsalat (Öl&Essig)		Fladenbrot		Kartoffeln	
	weißer Riesenbohnsalat <small>(Öl&Essig)</small>		Blattsalat						Blattsalat	
Menü II vegetarisch	Bratkartoffeln		Kartoffel-Blumenkohlaufauf		Linsnbällchen		Nudelsalat <small>(Eier, Gewürzgurke, Paprika, Mayonnaise)</small>		Gnocchi-Spinataufauf mit Tomatenwürfel	
	vegetarische Thymainsauce				Currydip					
	Kaisergemüse (natur)		Möhrensalat (Öl&Essig)		Reis		Fladenbrot		Blattsalat	
					Krautsalat (Öl&Essig)					
Menü III	Vollkorn Spaghetti		Ravioli <small>(Käsefüllung)</small>		BIO Penne		Girandole Nudeln		Orecchiette	
	Champignonrahmsauce		Tomaten-Papriksauce		gelbe Zucchinisauce		mediterrane Gemüsesauce <small>(Tomaten, Zucchini, Paprika)</small>		helle Broccolisauce	
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
	weißer Riesenbohnsalat <small>(Öl&Essig)</small>		Möhrensalat (Öl&Essig)		Krautsalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat	
Dessert	Obst/Gemügesticks		Eis		Obst/Gemügesticks		Heidelbeerjoghurt		BIO Banane	
Salatsauce Auswahl			Italiandressing				Joghurdressing		Frenchdressing	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

 **Zucchini kann vielseitig eingesetzt werden. In Salaten, Aufläufen oder in Saucen. Zucchini hat viele Vitamine wie z.B. C, A und B.** 

34. KW	18.08.2025	Anzahl	19.08.2025	Anzahl	20.08.2025	Anzahl	21.08.2025	Anzahl	22.08.2025	Anzahl											
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag												
Menü I	 Käsemaccaroni Coleslawsalat		 Käseschnitzel (Milcheiweis, Gouda) Tomatensauce Reis Wachsrechbohnsalat (Öl&Essig)		 Rinder Cevapcici Tzaziki Reis Blattsalat		 Couscous-Gemüse-Pfanne (Kichererbsen, Karotten, Blumenkohl) Kräuterdip		 Wildlachsragout (Broccoli) Vollkornreis Gurkensalat (Öl&Essig)												
											Menü II vegetarisch	 Zucchini-Möhren-Puffer Bärlauchdip Kartoffeln Coleslawsalat	 Marillenknödel Vanillesauce	 Kartoffel-Gemüseauflauf (Kartoffeln, Blumenkohl, Karotte, Erbsen, Bohnen) Blattsalat	 Kartoffelrösti Apfelmus Broccoligemüse (natur)	 Vollkornnudel-Broccoli-Auflauf in heller Sauce Gurkensalat (Öl&Essig)					
																	Menü III	Penne Tomatensauce geriebener Hartkäse Wachsrechbohnsalat (Öl&Essig)	 Fusilli helle Pestosauce geriebener Hartkäse Blattsalat	 Tortellini Tricolore (Ricotta-Spinat) helle Basilikumsauce geriebener Hartkäse Blattsalat	 BIO Vollkorn Spaghetti Tomatenrahmsauce geriebener Hartkäse Gurkensalat (Öl&Essig)
Salatsauce Auswahl					Italiandressing		Americandressing														
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei												
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei												
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei												
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei												
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei												

 Geflügelfleisch
 Rindfleisch
 vegetarisch
 Fisch



Gerste ist ein sehr altes Getreide, das seit tausenden von Jahren angebaut wird. Es gehört zur Familie der Gräser. Gerste wird für die Herstellung von Brot, Bratlingen, aber auch in Suppen verwendet.

35. KW	25.08.2025	Anzahl	26.08.2025	Anzahl	27.08.2025	Anzahl	28.08.2025	Anzahl	29.08.2025	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 gefüllte Paprikaschote <small>(Hartweizengrieß, Zwiebeln, Lauch)</small>		 Vollkorn Wrap zum selber bauen <small>(Blattsalat, Frischkäsecreme, Tomaten, Mozzarella, Basilikumpesto)</small>		 gebratene Hähnchenbrust		 Edamame Bratling pikant		 Fischstäbchen <small>(Seelachs)</small>	
	Tomtensauce				Ketchup-Paprikasauce		Currydip		Remouladensauce	
	Vollkorn Farfalle				Kartoffelecken		Ebly (Zartweizen)		BIO Kartoffeln	
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)				Blattsalat		Blattsalat		Rahmspinat	
Menü II vegetarisch	 Gersten Bratling		gebratene Kartoffeln		 vegetarisches Steak <small>(Milcheiweiß)</small>		 Spinatknödel		 Eieromelette	
	Tomatensauce		Paprikadip		Ketchup-Paprikasauce		Käsesauce		BIO Kartoffeln	
	Vollkorn Farfalle		Fingermöhrengemüse		Kartoffelecken		Blattsalat		Rahmspinat	
	Rote-Bete-Salat (Öl&Essig)				Blattsalat					
Menü III			 Ravioli mit Gemüsefüllung <small>(Spinat, Zucchini, Karotten)</small>		 BIO Fusilli		 feine Bandnudeln		 Maccaroni	
			Paprika-Ricottasauce		helle Basilikumsauce		Linsenragout		Tomaten-Zucchinisauce	
			geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
			Möhren-Apfelsalat (Öl&Essig)		Blattsalat		Blattsalat		Blattsalat	
Dessert	 Obst/Gemüesticks		 Eis		 Obst/Gemüesticks		 Erdbeerquark		 Obst/Gemüesticks	
Salatsauce Auswahl					Americandressing		Americandressing		Americandressing	
					Italiandressing		Italiandressing		Italiandressing	
					Joghurdressing		Joghurdressing		Joghurdressing	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

-  Geflügelfleisch
-  Rindfleisch
-  vegetarisch
-  Fisch



 **Ciabatta wurde in den 1980er Jahren in Italien erfunden. "Ciabatta" bedeutet auf italienisch "Schlappen". Das Brot ist beliebt wegen der knusprigen Kruste und der luftigen Krume.** 

36. KW	01.09.2025	Anzahl	02.09.2025	Anzahl	03.09.2025	Anzahl	04.09.2025	Anzahl	05.09.2025	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 Hähnchenstreifen in heller Paprikasauce		 Minestrone (Kartoffeln, Karotten, Tomaten, Erbsen)		 Gemüseschnitzel (Blumenkohl, Erbsen, Broccoli)		 Kichererbsenbällchen		 Nudel-Spinatauflauf mit Lachsfilet	
	Vollkornreis		Sternchennudeln		Petersiliensauce		Kräuterdip			
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		Ciabattabrot		Kartoffelpüree		mediterraner Gemüsebulgur (Tomaten, Zucchini, Auberginen)		Blattsalat	
Menü II vegetarisch	 vegetarisches Ragout in heller Paprikasauce (Mycoprotein)		 Gemüseklopse (Karotten, Erbsen, Mais)		 Erbsenreis (Risi-Bisi)		 Kartoffel-Zucchini-auflauf		 Nudel-Spinatauflauf mit Tomatenwürfeln	
	Vollkornreis		Kapernsauce		vegetarische Rahmsauce					
	Mais-Paprikasalat (Öl&Essig)		BIO Kartoffeln		Kohlrabigemüse (natur)		Blattsalat		Blattsalat	
Menü III	 Vollkorn Boccolini (kleine Locken Nudeln)		 Tortellini Tricolore (Ricotta-Spinat)		 Orecchiette Nudel		 bunte Farfalle		 Ravioli (Käsefüllung)	
	Tomatensauce		Käsesauce		helle Broccolisauce		Bärlauchsauce		Tomatenrahmsauce	
	geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse		geriebener Hartkäse	
Dessert	 Obst/Gemügesticks		 Obst/Gemügesticks		 Obst/Gemügesticks		 BIO Milchreis		 Obst/Gemügesticks	
Salatsauce Auswahl					Americandressing		Americandressing		Americandressing	
					Balsamicodressing		Balsamicodressing		Balsamicodressing	
					Joghurdressing		Joghurdressing		Joghurdressing	
Sonderkost	Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei	
	Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei	
	Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei	
	Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei	
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei	

 Geflügelfleisch
 Rindfleisch
 vegetarisch
 Fisch

