

	Montag 30.06.2025	Dienstag 01.07.2025	Mittwoch 02.07.2025	Donnerstag 03.07.2025	Freitag 04.07.2025	Samstag 05.07.2025	Sonntag 06.07.2025
Mittagessen	Gefüllte Bio Tortellini ^{a a1 c g} Bio Tomaten Sauce kJ: 1019,65, kcal: 241, Fett: 3,87 g, ges. FS: 1,57 g, KH: 40,05 g, Zucker: 5,35 g, Eiweiß: 10,28 g, Salz: 1,95 g	Bio Kichererbsen Falafel Bio Couscous ^{a a1} Bio Kräuterquark ^{1 g j} kJ: 1528,76, kcal: 364, Fett: 12,66 g, ges. FS: 2,96 g, KH: 44,98 g, Zucker: 5,23 g, Eiweiß: 14,11 g, Salz: 1,02 g	Bio Lasagne Bolognese ^a ^{a1 c g i} kJ: 1232,91, kcal: 295, Fett: 13,39 g, ges. FS: 5,56 g, KH: 26,54 g, Zucker: 4,84 g, Eiweiß: 15,26 g, Salz: 0,84 g	BIO Rührei ^{c g} BIO Kartoffeln Bio Rahmspinat ^g kJ: 1152,62, kcal: 275, Fett: 12,72 g, ges. FS: 5,83 g, KH: 23,42 g, Zucker: 3,86 g, Eiweiß: 14,55 g, Salz: 0,40 g	Bio Tomatensuppe ⁱ Bio Brötchen ^{a a1 a2 a3 a4 h h2} ^k kJ: 772,19, kcal: 183, Fett: 3,48 g, ges. FS: 0,39 g, KH: 31,47 g, Zucker: 12,48 g, Eiweiß: 5,59 g, Salz: 1,59 g		
Alternatives Gericht			Bio Gemüselasagne ^{a a1 g i} kJ: 1699,50, kcal: 406, Fett: 13,86 g, ges. FS: 2,97 g, KH: 56,10 g, Zucker: 12,54 g, Eiweiß: 11,55 g, Salz: 2,08 g				
Salat	Bio Joghurt Dressing ^g BIO Eisbergsalat kJ: 30,08, kcal: 7, Fett: 0,33 g, ges. FS: 0,22 g, KH: 0,71 g, Zucker: 0,68 g, Eiweiß: 0,31 g, Salz: 0,01 g	Bio Krautsalat mit Karotten und Joghurt ^{3 g} kJ: 118,35, kcal: 28, Fett: 1,12 g, ges. FS: 0,14 g, KH: 3,55 g, Zucker: 3,39 g, Eiweiß: 0,64 g, Salz: 0,31 g	American Dressing ^{c g j} Bio-Blattsalat kJ: 57,38, kcal: 14, Fett: 1,15 g, ges. FS: 0,17 g, KH: 0,70 g, Zucker: 0,60 g, Eiweiß: 0,06 g, Salz: 0,09 g	Bio Gurkensalat kJ: 27,21, kcal: 7, Fett: 0,05 g, ges. FS: 0,02 g, KH: 1,28 g, Zucker: 1,26 g, Eiweiß: 0,16 g, Salz: 0,00 g	Obstauswahl in Bioqualität		
Nachspeise	Obstauswahl in Bioqualität	Obstauswahl in Bioqualität	Obstauswahl in Bioqualität	Obstauswahl in Bioqualität	Bio Vanille Pudding ^g kJ: 224,00, kcal: 53, Fett: 0,93 g, ges. FS: 0,60 g, KH: 9,33 g, Zucker: 6,67 g, Eiweiß: 2,07 g, Salz: 0,09 g		

Enthaltene Allergene und Zusatzstoffe:

1=mit Farbstoff/en, 3=mit Antioxidationsmittel, a=Glutenhaltiges Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse, a1=Weizen, a2=Roggen, a3=Gerste, a4=Hafer, c=Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse, g=Milch daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose), h=Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse, h2=Haselnüsse, i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, k=Sesam und daraus gewonnene Erzeugnisse