






















































Dorsch wird auch Kabeljau genannt. Er enthält viele Superkräfte wie z.B. Muskelmacher-Kraft (Eiweiß), Denk-Futter (Omega-3-Fettsäuren) und Knochenstärker (Vitamin D)

21. KW		18.05.2026 Montag	Anzahl	19.05.2026 Dienstag	Anzahl	20.05.2026 Mittwoch	Anzahl	21.05.2026 Donnerstag	Anzahl	22.05.2026 Freitag	Anzahl
Menü I		Hänchenstreifen in heller Champignonsauce								Dorschfilet im Backteig	
		Vollkorn Farfalle								BIO Schnittlauchdip	
		grüner Bohnensalat (Öl&Essig)								Kartoffelecken	
										Blattsalat	
Menü II vegetarisch		vegetarisches Geschnetzeltes in heller Champignonsauce (Mykoprotein)				vegetarisches Steak (Milch, Ei, Weizen)				Gemüse "Donut" (Dinkel, Erbsen, Broccoli)	
		Vollkorn Farfalle				Kräutersauce				BIO Schnittlauchdip	
		grüner Bohnensalat (Öl&Essig)				Kartoffeln				Kartoffelecken	
						Blattsalat				Blattsalat	
Menü III				BIO Penne				bunte Schleifennudeln			
				Spinat-Käsesauce				helle Basilikumsauce			
				geriebener Hartkäse				geriebener Hartkäse			
				Möhrensalat (Öl&Essig)							
Dessert		Obst/Gemügesticks			Eis			Obst/Gemügesticks			Obst/Gemügesticks
Salatsauce Auswahl						Balsamicodressing		Balsamicodressing	X	Balsamicodressing	
						Frenchdressing	X	Frenchdressing		Frenchdressing	X
						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	















Thymian ist ein aromatisches Kraut. Die ursprüngliche Heimat ist der Mittelmeerraum. Er ist nicht nur gut zum Würzen sondern ist auch ein Heilkraut, z.B. bei Husten.

23. KW	01.06.2026		02.06.2026		03.06.2026		04.06.2026		05.06.2026		
	Montag	Anzahl	Dienstag	Anzahl	Mittwoch	Anzahl	Donnerstag	Anzahl	Freitag	Anzahl	
Menü I							Fronleichnam				
					Rindergulasch mit Paprika						
					Spätzle						
Menü II vegetarisch					Linsnbällchen				Gnocchi-Spinatauflauf mit Tomatenwürfeln		
			Kartoffel- Blumenkohlauf		Currydip						
			Maissalat (Öl&Essig)		Reis					Blattsalat	
Menü III											
Dessert											
	Eis		Obst/Gemüesticks		Vanillepudding				Obst/Gemüesticks		
Salatsauce Auswahl											
								Americandressing			
								Frenchdressing			
Sonderkost								Italiandressing			
		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei			
		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei			
		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei			
		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei		Milcheiweißfrei			
	Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei				





























Edamame sind junge, grüne Sojabohnen, die voller pflanzlichem Eiweiß stecken. Der Superkraft-Inhaltsstoff lässt die Muskeln wachsen.

24. KW	08.06.2026	Anzahl	09.06.2026	Anzahl	10.06.2026	Anzahl	11.06.2026	Anzahl	12.06.2026	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 Käseschnitzel (Milcheiweiß) 		 Bunter Gemüseeintopf (Kartoffel, Karotte, Steckrübe, Erbsen) 		 Hähnchenstreifen in heller Paprikasauce 		 		 	
	Tomatensauce		vegetarische Klößchen (Brot, Ei, Butter)		Fusilli					
	Reis		Fladenbrot		Blattsalat					
	 Edamame Salat		Graubrot							
Menü II vegetarisch	 		 Pfannkuchen "natur" 		vegetarisches Ragout (Mycoprotein)  in heller Paprikasauce		Kartoffeln 		Vollkornnudel-Broccoli- Auflauf in heller Sauce 	
			Kirschkompott		Reis		holländische Kräutersau 		Gurkensalat (Öl&Essig) 	
			Zimt & Zucker		Blattsalat		Blumenkohl 			
Menü III										
Dessert	 Eis		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks		 Obst/Gemüsesticks	
Salatsauce Auswahl					Balsamicodressing		Balsamicodressing			
					Frenchdressing	X	Frenchdressing			
					Joghurd dressing		Joghurd dressing			
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	

Rote Beete ist eine tolle Power-Knolle, die mit ihrer knallroten Farbe hilft, beim Sport und Spielen richtig ausdauernd zu sein. Sie steckt voller Vitamine und Mineralien.

25. KW		15.06.2026 Montag	Anzahl	16.06.2026 Dienstag	Anzahl	17.06.2026 Mittwoch	Anzahl	18.06.2026 Donnerstag	Anzahl	19.06.2026 Freitag	Anzahl
Menü I											
				rote Linsensuppe (Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln)		gebratene Hähnchenbrust				Fischstäbchen (Seelachs)	
				Fladenbrot		Ketchup-Paprikasauce				Remouladensauce	
				Graubrot	x	Kartoffeln				Kartoffelpüree	
Menü II vegetarisch						vegetarisches Steak (Milchweiß)				Eieromelette	
						Ketchup-Paprikasauce				Kartoffelpüree	
						Kartoffeln				Rahmspinat	
						Blattsalat					
Menü III											
		Vollkorn Penne						BIO Fusilli			
		Tomatenrahmsauce						helle Basilikumsauce			
		geriebener Hartkäse						geriebener Hartkäse			
Dessert		Obst/Gemüesticks			Obst/Gemüesticks		Obst/Gemüesticks		Eis		Obst/Gemüesticks
Salatsauce Auswahl						Balsamicodressing		Balsamicodressing			Balsamicodressing
						Italiandressing		Italiandressing	x		Italiandressing
						Joghurdressing		Joghurdressing			Joghurdressing
Sonderkost		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei		Laktosefrei			Laktosefrei
		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei		Glutenfrei			Glutenfrei
		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei		Histaminfrei			Histaminfrei
		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei		Milchweißfrei			Milchweißfrei
		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei		Essen ohne Ei			Essen ohne Ei

Ebly-Weizen, auch Zartweizen genannt, sind sonnengereifte Weizenkörner, die langanhaltende Power für den Tag geben. Sie machen lange satt und sind gut für die Verdauung.

26. KW	22.06.2026	Anzahl	23.06.2026	Anzahl	24.06.2026	Anzahl	25.06.2026	Anzahl	26.06.2026	Anzahl
	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Menü I	 		 Möhren Süßkartoffelsuppe (Kokos) 		 Cannelloni  mit Rindfleischfüllung in Tomatensauce mit Käse überbacken		 		 	
			Fladenbrot		Blattsalat					
			Graubrot							
Menü II vegetarisch					 Cannelloni  mit Ricotta-Spinatfüllung in Tomatensauce mit Käse überbacken		 Polenta-Spinat-Tasche 			
					Blattsalat		Tomatensauce			
							BIO Kartoffeln			
						Blattsalat				
Menü III	Orecchiette 		 				 		Ravioli  (Käsefüllung)	
	Tomatenrahmsauce								Bärlauchsauce	
	geriebener Hartkäse								geriebener Hartkäse	
	Maissalat (Öl&Essig)								Blattsalat	
Dessert	 Obst/Gemügesticks		 Eis		 Obst/Gemügesticks		 BIO Milchreis		 Obst/Gemügesticks	
Salatsauce Auswahl					Americandressing	X	Americandressing	X	Americandressing	X
					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	