leckerbiss

Morgens geerntet -
Mittags auf den Tisch!

Speisekarte vom

02.11.2026 bis 08.11.2026

Grundschule

Tag	Menü 1	Menü 2
Montag	Bio Pasta[a1] Bio Basilikum-Sahne Sauce[g] Bio Zucchiniwürfel Gemüse Bio Reibekäse[g] Bio Obst	
	689 kcal, 2896 KJ, 19,42g Fett, 8,64g ges. FS, 106,15g KH, 24,76g Zucker, 19,53g Eiweiß, 0,33g Salz	
Dienstag	Bio Rinderhackfleisch- Curry Bio Kürbis- Sellerie- Grüne Bohnen Gemüse[i] Bio Langkornreis Bio Snackgemüse	Bio veganes Tofu- Curry[3,f] Bio Kürbis- Sellerie- Grüne Bohnen Gemüse[i] Bio Langkornreis Bio Snackgemüse
	424 kcal, 1781 KJ, 15,56g Fett, 7,36g ges. FS, 55,80g KH, 5,29g Zucker, 13,60g Eiweiß, 1,29g Salz	426 kcal, 1786 KJ, 14,34g Fett, 7,04g ges. FS, 59,10g KH, 8,07g Zucker, 12,81g Eiweiß, 0,77g Salz
Mittwoch	Bio Kichererbseneintopf[i] Bio Dinkel- Vollkornbrötchen[a,a1,a3,a4,k] Bio Quark[g] Bio Beerenkompott	
	406 kcal, 1703 KJ, 13,14g Fett, 8,28g ges. FS, 48,75g KH, 8,01g Zucker, 19,08g Eiweiß, 1,07g Salz	
Donnerstag	MSC Knusperseelachsfilet Käse[a1,d] Bio Remoulade[c,j] gekochte Bio-Kartoffeln Bio Gurkensalat Bio Snackgemüse	Bio veganer Linsentaler[a,a1,i] Bio Remoulade[c,j] gekochte Bio-Kartoffeln Bio Gurkensalat Bio Snackgemüse
	745 kcal, 3086 KJ, 51,39g Fett, 5,99g ges. FS, 47,32g KH, 7,81g Zucker, 21,09g Eiweiß, 1,84g Salz	788 kcal, 3266 KJ, 57,45g Fett, 6,04g ges. FS, 53,62g KH, 8,43g Zucker, 11,61g Eiweiß, 2,01g Salz
Freitag	Bio Gemüse- Lasagne[a,a1,g,i] Bio Vanille Schoko Pudding [g]	
	441 kcal, 1852 KJ, 15,62g Fett, 8,40g ges. FS, 59,03g KH, 21,30g Zucker, 13,96g Eiweiß, 1,60g Salz	

Legende der deklarationspflichtigen Allergene und Zusatzstoffe:
a Gluten; a1 Weizen; a2 Roggen; a3 Gerste; a4 Hafer; a5 Dinkel; b Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; c Eier und Eierzeugnisse; d Fisch und Fischerzeugnisse; e Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse; f Soja und Sojaerzeugnisse; g Milch und Milcherzeugnisse; h Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse; h1 Mandeln; h2 Haselnuss; h3 Walnuss; h4 Kaschunuss; h5 Pecanuss; h6 Paranuss; h7 Pistazie; h8 Macadamianuss; i Sellerie und Sellerieerzeugnisse; j Senf und Senferzeugnisse; k Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse; l Schwefeldioxid und Sulfite; m Lupine und Lupinenerzeugnisse; n Weichtiere und Weichtiererzeugnisse; 1 mit Farbstoff; 2 mit Konservierungsstoff; 3 mit Antioxidationsmittel; 4 mit Geschmacksverstärker; 5 geschwefelt;
6 geschwärzt; 7 gewachst; 8 mit Phosphat; 9 mit Süßungsmittel; 11 mit einer Zuckerart und Süßungsmittel;
12 auf Grundlage von Tafelsüße; 13 enthält eine Phenylalaninquelle (Aspartam);
14 kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken; 15 unter Schutzatmosphäre verpackt; 16 chininhaltig; 18 mit Milcheiweiß;
32 mit Stärke oder Pflanzenstärke; 33 mit Geflügelfleischanteil; 34 mit Jodsalz; 36 z.T. fein zerkleinertes Fleisch

Geschäftsführer: Stefan & Jannis Baeßler
HRB Bremen, Nr. 32714 | Ust-IdNr. DE313768784

Wir wünschen einen guten Appetit!

BIO GOLD 90–99% vom Gesamteinkaufswert bioland.de