

	ROT	GELB	BLAU	GRÜN
Montag 05.01.2026	 Saftiges Paprikagulasch Schweinefleisch, bunte Paprikastücke, Zwiebeln, Knob., Kümmel, dazu Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	 „Cordon bleu“ mit Rahmkohlrabi und Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/4BE	 Guten Appetit!	 Asiatisches Curry * Karotte, Paprika, Erbsen, Kartoffel, Zucchini, Broccoli, Zwiebel, Knob., Kokosmilch, Sojasauce, Erdnüsse, dazu Reis 1(W),5,6 b/6,5BE 
Dienstag 06.01.2026	 Paniertes Putenschnitzel * mit Rahmsauce, dazu Buttergemüse und Kartoffeln 1(W),3,7 a/5BE	 Guten Appetit!	 Hackbraten in brauner Sauce mit Prinzessbohnen und Kartoffeln 1(W),10 a/3,5BE	 „Gnocchi ai quattro formaggi“ * Kartoffelklößchen mit 4-Käsesauce 1(W),3,7 8BE 
Mittwoch 07.01.2026	 Vegetarische Lasagne „al Forno“ * mit Tomaten-Sojabolognese und Béchamelsauce 1(W),6,7 3,5BE 	 „Berliner Bulette“ Frikadelle mit Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Kartoffeln 1(W),3 a/z/4,5BE	 Guten Appetit!	 Grünkohl-Hanf-Bratling * in Kräuter-Senfsauce, dazu Möhrenscheiben und Kartoffeln 1(W),3,7,10 5BE 
Donnerstag 08.01.2026	 BIO-Spaghetti „Bolognese“ * mit Rinderhackfleischsauce 1(W) 8,5BE	 Guten Appetit!	 Geflügelfleischkäse * in Sauce mit Pastinaken und Kartoffeln 1(W) a/b/c/j/4BE	 Blumenkohl-Käse-medailon * mit Béchamelsauce und Salzkartoffeln 1(W),3,7 5,5BE 
Freitag 09.01.2026	 „Ostfriesischer Buuskohleintopf“ mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel 7 2,5BE	 Guten Appetit!	 Gedünstetes Seelachsfilet * mit Limettensauce, dazu Salzkartoffeln und ein Eisbergalat 1(W),3,4,7 3BE	 Gemüsepfanne „Flandern“ * mit gelben u. orangen Möhren, Schwarzwurzeln, Romanobohnen, Kart.scheiben 1(W),3,7 4BE 

Die BE-Angaben beziehen sich auf ein Gesamtgewicht von 450-500ml, siehe Nährwerttabelle. BE-Angaben ohne Dessert (Dessert ca. 1 BE)

***Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:** a = „mit Farbstoff“, b = „mit Konservierungsstoff“, c = „mit Antioxidationsmittel“, d = mit „Geschmacksverstärker“, e = „geschwefelt“, f = „geschwärzt“, g = „gewachst“, h = „mit Süßungsmittel(n)“, i = bei Aspartam zusätz. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“, j = „mit Phosphat“, k = „coffeinhaltig“, l = „chininhaltig“, z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n), 1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme, 2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus, 3 = Eier und Erzeugnisse daraus, 4 = Fische und Erzeugnisse daraus, 5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus, 6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus, 7 = Milch und Erzeugnisse daraus, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse, 9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus, 10 = Senf und Erzeugnisse daraus, 11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus, 12 = Schwefeldioxid und Sulfite, 13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus, 14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus. Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung, ...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.

	ROT	GELB	BLAU	GRÜN
Montag 12.01.2026	 "Chili con Carne" mit Hackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu BIO-Reis 7BE	 Guten Appetit!	 Rindergeschnetzeltes* dazu BIO-Blumenkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3BE	  Spaghetti „Napoli“ * mit Tomaten-Basilikumsauce 1(W) 9BE
Dienstag 13.01.2026	 "Knusperfisch" * (Seelachs und Goldlachs) in Cornflakespanade, dazu Rahmerbsen und Kartoffelstampf 1(W),3,4,7 4,5BE	 Bami Goreng * chinesische Eiernudeln mit Huhn, Knoblauch, Asia-Gemüse, Chili und Sojasauce 1(W),3,6 4,5BE	 Guten Appetit!	  Griechischer Kartoffelauflauf * mit Paprika, Auberginen, Zucchini, Feta und Käse überbacken 3,7 4,5BE
Mittwoch 14.01.2026	 Jägerschnitzel mit Champignonrahmsauce, dazu Buttergemüse und Kartoffelstampf 1(W),3,7,12 a/b/c/e/4BE	 Eisbeinflisch in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln 1(W) a/b/c/z/3,5BE	 Guten Appetit!	  Reis-Pfanne mit Sojahackfleisch * mit Möhren, Paprika, Erbsen, Frühlingszwiebeln, dazu Tomaten-Mozzarella sauce 1(W),3,6,7 6BE
Donnerstag 15.01.2026	 "Berliner Currywurst" in Gewürzketchup-sauce, dazu Kartoffelpüree und ein Gurkensalat 7 b/c/j/z/3,5BE	 "Grön Hini" Grüne Bohnen mit Speck und Birnenstücke, dazu Kartoffeln b/c/5,5BE	 Guten Appetit!	  Vegane Erbsensuppe * mit Kartoffel, Zwiebel, Knoblauch, Suppengrün, Petersilie und Senf 9,10 5,5BE
Freitag 16.01.2026	 Käse-Lauch-Suppe * mit Rinderhackfleisch und Schmelzkäse, dazu ein Kaiserbrötchen 1(W),3,7 2BE	 Gebratenes Pangasiusfilet * in Petersiliensauce, dazu Schmorgurke und Kartoffeln 1(W),3,4,7 3,5BE	 Guten Appetit!	  Rigatoni an geschmortem Gemüse * mit Mozzarella, Paprika, Champignons, Zucchini, Tomatenwürfel und Basilikum 1(W),3,7 7,5BE

Die BE-Angaben beziehen sich auf ein Gesamtgewicht von 450-500ml, siehe Nährwerttabelle. BE-Angaben ohne Dessert (Dessert ca. 1 BE)

***Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:** a = „mit Farbstoff“, b = „mit Konservierungsstoff“, c = „mit Antioxidationsmittel“, d = mit „Geschmacksverstärker“, e = „geschwefelt“, f = „geschwärzt“, g = „gewachst“, h = „mit Süßungsmittel(n)“, i = bei Aspartam zusätz. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“, j = „mit Phosphat“, k = „coffeinhaltig“, l = „chininhaltig“, z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n), **1** = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus (**W**eizen, (**R**oggen, (**H**afer, (**K**amut, (**D**inkel, (**G**erste, (**Hy**)bridstämme, **2** = Krebstiere und Erzeugnisse daraus, **3** = Eier und Erzeugnisse daraus, **4** = Fische und Erzeugnisse daraus, **5** = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus, **6** = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus, **7** = Milch und Erzeugnisse daraus, **8** = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus (**M**andeln, (**H**aselnüsse, (**W**alnüsse, (**K**aschunüsse, (**P**ekannüsse, (**Pa**)ranüsse, (**Pi**)stazien, (**Ma**)cademia- oder Queenslandnüsse, **9** = Sellerie und Erzeugnisse daraus, **10** = Senf und Erzeugnisse daraus, **11** = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus, **12** = Schwefeldioxid und Sulfite, **13** = Lupinen und Erzeugnisse daraus, **14** = Weichtiere und Erzeugnisse daraus. Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung, ...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.

	ROT	GELB	BLAU	GRÜN
Montag 19.01.2026	Guten Appetit!	"Szegediner Gulasch" Gulasch mit Sauerkraut und Salzkartoffeln	Kohlrabieintopf mit Fleischseinlage	Asiatische Bratnudel- Gemüsepfanne * mit Paprika, Weißkohl, Möhren, Mu-Err Pilze, Mungobohnenkeim- linge und Sojasauce
		1 (W) a/z/3BE	7 2,5BE	1 (W), 6 6BE
Dienstag 20.01.2026	Geschnetzeltes "Gyros Art" mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki	Gebratene Hähnchenbrust * dazu Geflügelrahm- sauce, Broccoli und Salzkartoffeln	Guten Appetit!	3 Kartoffeltaschen "Frischkäse- Kräuter" * dazu leichte Käsesauce und Buttergemüse
	3,7,10 4,5BE	1 (W), 3,7 a/3,5BE		1 (W), 3,7 4,5BE
Mittwoch 21.01.2026	Guten Appetit!	Ostfriesische dicke Bohnen mit Mettenden und Salzkartoffeln	"Hausgemachte Kartoffelsuppe" mit eingeschnittener Wurst	Frühlingsrolle „Gourmet“ * dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und BIO-Reis
		1 (W), 3,7 b/c/3,5BE	7,9 b/c/3BE	1 (W), 3,6 z/9BE
Donnerstag 22.01.2026	Eierpfannkuchen * mit Apfelmus	Guten Appetit!	Gemüsefrikadelle * mit heller Sauce, dazu Fingermöhren und Kartoffeln	Vegetarisch gefüllte Tortellini * mit Broccoliröschen und Karottenscheiben in Käse-Sahnesauce
	1 (W), 3,7 c/6,5BE		1 (W), 3,7,9 6BE	1 (W), 3,7 7,5BE
Freitag 23.01.2026	Spitzkohleintopf mit Hackfleisch und Kartoffelwürfel	Guten Appetit!	Gebratenes Seehechtfilet * mit Weißer Sauce, dazu Kaisergemüse und Salzkartoffeln	Mexikanischer Kartoffelauflauf * m. Paprika, Chili, Mais, Kidneybohnen, Knob., Zwiebeln, Pizzatoma- ten mit Käse überback- en
	7 2,5BE		1 (W), 3,4,7 5BE	3,7

Die BE-Angaben beziehen sich auf ein Gesamtgewicht von 450–500ml, siehe Nährwerttabelle. BE-Angaben ohne Dessert (Dessert ca. 1 BE)

***Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:** a = „mit Farbstoff“, b = „mit Konservierungsstoff“, c = „mit Antioxidationsmittel“, d = mit „Geschmacksverstärker“, e = „geschwefelt“, f = „geschwärzt“, g = „gewachst“, h = „mit Süßungsmittel(n)“, i = bei Aspartam zusätzl. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“, j = „mit Phosphat“, k = „coffeinhaltig“, l = „chinhaltig“, z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n), 1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme, 2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus, 3 = Eier und Erzeugnisse daraus, 4 = Fische und Erzeugnisse daraus, 5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus, 6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus, 7 = Milch und Erzeugnisse daraus, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse, 9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus, 10 = Senf und Erzeugnisse daraus, 11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus, 12 = Schwefeldioxid und Sulfite, 13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus, 14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus. Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung, ...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.

	ROT	GELB	BLAU	GRÜN
Montag 26.01.2026	Guten Appetit!	Rindergulasch mit Gemüse * Möhren, Tomatenmark, Zucchini, Kräuter der Provence, Zwiebeln, Sellerie, dazu Kartoffeln	Geflügelbratwurst * mit brauner Sauce, dazu Möhrenscheiben und Kartoffeln	Broccoli-Nussecke * mit Kräutersauce, dazu junge BIO-Erbsen und Kartoffelpüree
		1(W),9 a/3BE	1(W),7,9 a/3,5BE	1(W),3,5,7,8(H) 5BE
Dienstag 27.01.2026	Deftiger Grünkohleintopf mit Hafergrütze, Kartoffelwürfel und Mettwurstscheiben	Rinderhacksteak "Texas" vom Grill * mit BBQ-Sauce, dazu BIO-Langkornreis mit Kidneybohnen	Guten Appetit!	Nudelgratin "Tomate-Mozzarella" * mit Rigatoni, Knoblauch, Kirschtomaten und Mozzarella überbacken
	1(H),9,10 b/c/2,5BE	1(W),3 z/7BE		1(W),3,7 8BE
Mittwoch 28.01.2026	Guten Appetit!	Curry-Hähnchengeschnetzeltes * Knobl., Zwiebel, grüne Paprika, Zucchini, Broccoli, Erbsen, und Creme fraiche, dazu Reis	Frikadelle mit brauner Sauce, dazu Prinzessbohnen und Kartoffeln	Rustikales Zucchini-Kartoffelallerlei * mit Thymian, Rosmarin, Knoblauch und Kirschtomaten
		1(W),3,7 6BE	1(W),3 a/4,5BE	1(W),3,7 3,5BE
Donnerstag 29.01.2026	„Schlemmerschnitzel“ dazu holländische Sauce, BIO-Blumenkohl und Kartoffeln	Hähnchen "süß-sauer" * rote Paprika, Soja-sauce Zwiebel, Ananas, Knoblauch, Tomatenmark, dazu Reis	Guten Appetit!	BIO-Dinkel-Pasta * mit Schnittlauchsauce und BIO-Erbsen
	1(W),3,7 5BE	1(W),6 a/b/6BE		1(D,W),3,7 7BE
Freitag 30.01.2026	"Dörstampt Wuddels" Ostfriesischer Möhreneintopf mit Hackfleisch	Kutterfischfrikadelle mit Speck-Bohnen in Rahm, dazu Kartoffeln	Guten Appetit!	Kartoffel-Gemüse-auflauf mit Feta * Zucchini, Tomate, Basilikum, Kräuter und Käse überbacken
	7 3BE	1(W),3,4,7 b/c/6,5BE		3,7 3,5BE

Die BE-Angaben beziehen sich auf ein Gesamtgewicht von 450-500ml, siehe Nährwerttabelle. BE-Angaben ohne Dessert (Dessert ca. 1 BE)

***Zeichenerklärung/Zusatzstoffe und Hauptallergene:** a = „mit Farbstoff“, b = „mit Konservierungsstoff“, c = „mit Antioxidationsmittel“, d = mit „Geschmacksverstärker“, e = „geschwefelt“, f = „geschwärzt“, g = „gewachst“, h = „mit Süßungsmittel(n)“, i = bei Aspartam zusätzlich. Hinweis: „enthält eine Phenylalaninquelle“, j = „mit Phosphat“, k = „coffeinhaltig“, l = „chinhaltig“, z = mit einer Zuckerart und/oder Süßungsmittel(n), 1 = glutenhaltige Getreide und Erzeugnisse daraus (W)eizen, (R)oggen, (H)afer, (K)amut, (D)inkel, (G)erste, (Hy)bridstämme, 2 = Krebstiere und Erzeugnisse daraus, 3 = Eier und Erzeugnisse daraus, 4 = Fische und Erzeugnisse daraus, 5 = Erdnüsse und Erzeugnisse daraus, 6 = Sojabohnen und Erzeugnisse daraus, 7 = Milch und Erzeugnisse daraus, 8 = Schalenfrüchte und Erzeugnisse daraus (M)andeln, (H)aselnüsse, (W)alnüsse, (K)aschnüsse, (P)ekannüsse, (Pa)ranüsse, (Pi)stazien, (Ma)cademia- oder Queenslandnüsse, 9 = Sellerie und Erzeugnisse daraus, 10 = Senf und Erzeugnisse daraus, 11 = Sesamsamen und Erzeugnisse daraus, 12 = Schwefeldioxid und Sulfite, 13 = Lupinen und Erzeugnisse daraus, 14 = Weichtiere und Erzeugnisse daraus. Geringfügige Spuren eines Allergens können nicht ausgeschlossen werden, da es während des komplexen Warenflusses der Lebensmittelherstellung (Transport, Lagerung, Produktion, Verpackung, ...) zu Kreuzkontaminationen und Produktübertragungen kommen kann. Des Weiteren kann es bei dem Produkt zu Rezepturänderungen kommen, die Einfluss auf vorhandene Allergene haben. Es ist uns daher nicht möglich, eine Garantie über die vollständige Abwesenheit von möglichen Allergenen zu geben. Die vorhandenen Kennzeichnungen dienen als Information, für die keine Haftung übernommen wird. Maßgebend für unsere Daten ist die Produktspezifikation des Herstellers.