

	ROT	GELB	BLAU	GRÜN
Donnerstag 01.10.2026	Kartoffelpuffer *  mit Apfelmus 1(W),3 c/8BE	Guten Appetit! 	Deftiger Gemüseeeintopf *  Petersilie, Pastinaken, Tomatenmark, Karotten, Kohlrabi, weiße Bohnen, Muschelnudeln 1(W),3,9 3BE	Spinatlasagne *  Tomaten, Zwiebeln, Béchamelsauce und Käse überbacken 1(W),7,3 3,5BE
Freitag 02.10.2026	Guten Appetit! 	Jungschweinnacken "Mediterrane Art" mit Kräutern der Provence in Jus, dazu grüne Bohnen und Rosmarinkartoffeln 1(W) a/3,5BE	Gedünstetes Schellfischfilet * in Dillsauce, dazu BIO-Broccoli und Kartoffeln 1(W),3,4,7 3,5BE	Maultaschen- Gemüse-Pfanne *  mit Möhren, Broccoli, Paprika und Kirsch- tomaten, dazu eine würzige Sahnesauce 1(W),3,7 6,5BE

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 zusätzl. 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 05.10.2026	"Paprikaschnitzel" * Paniertes Putenschnitzel mit Paprikasauce und Kartoffelstampf 1(W) a/4BE	1 große Nürnberger Rostbratwurst in Bratenfond, dazu Sauerkraut und Salzkartoffeln 1(W),9,10 a/j/z/4BE	Guten Appetit! 	6 Kartoffelröstlinchen * mit frischen Champignons in Kräuter-Knoblauchsauce 1(W),3,7 5BE
Dienstag 06.10.2026	Geschnetzeltes "Gyros Art" mit Zwiebeln, dazu Tomatenreis und Tzatziki 3,7,10 4,5BE	Bami Goreng * chinesische Eiernudeln mit Huhn, Knoblauch, Asia-Gemüse, Chili und Sojasauce 1(W),3,6 3,5BE	Guten Appetit! 	Mexikanischer Kartoffelaufbau * m. Paprika, Chili, Mais, Kidneybohnen, Knob., Zwiebeln, Pizzatomaten mit Käse überbacken 3,7 4,5BE
Mittwoch 07.10.2026	"Knusperfisch" * (Seelachs und Goldlachs) in Cornflakespanade, dazu Rahmerbsen und Kartoffelstampf 1(W),3,4,7 4,5BE	Geschmorter Schweinekamm mit Bratensauce, dazu BIO-Rosenkohl und Kartoffeln 1(W) a/3,5BE	Guten Appetit! 	Reis-Pfanne mit Sojahackfleisch * mit Möhren, Paprika, Erbsen, Frühlingszwiebeln, dazu Tomaten-Mozzarellasauce 1(W),3,6,7 6BE
Donnerstag 08.10.2026	"Chili con Carne" * mit Rinderhackfleisch, Mais, Zwiebeln, Paprika und Kidneybohnen, dazu BIO-Reis 7BE	"Upstövt Kohlrobi mit Ballkes" Kohlrabi in Mehlschwitze mit Mini-Hackbällchen, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 4BE	Guten Appetit! 	Gemüsebratling * dazu BIO-Kohlrabi in Rahm und Stampfkartoffeln 1(W),3,7,9 4,5BE
Freitag 09.10.2026	Kohlrabieintopf mit Cabanossi Kartoffel, Möhren, Zwiebeln, Knoblauch und Sahne 7 b/c/2,5BE	Paniertes Schollenfilet * dazu BIO-Blattspinat mit Zwiebeln und Knoblauch, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 4BE	Guten Appetit! 	Kürbispfanne * mit Kartoffeln, Broccoli, Lauch, Petersilie und Chili, dazu ein Knoblauch-Joghurt-Dip 1(W),3,10 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 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 12.10.2026	Geflügel-hackbällchen * in Schnittlauchsauce, dazu Möhren-Maisgemüse und Kartoffeln 1(W),3,7,10 4BE	Grobe Bratwurst mit Sauce, dazu BIO-Broccoli und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	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 13.10.2026	"Grootheider Stipp" Mehlschwitz mit Speck und Zwiebeln, dazu grüne Bohnen und Kartoffeln 1(W),3,7 b/c/5BE	"Grünes Hähnchen-geschnetzeltes" * Knobl., Zwiebel, grüne Paprika, Zucchini, Curry, Broccoli, Erbsen, und Creme fraiche, dazu Reis 1(W),3,7 6BE	Guten Appetit!	Blumenkohl-Käse-medailon * mit Béchamelsauce und Salzkartoffeln 1(W),3,7 6BE
Mittwoch 14.10.2026	Saftiges Paprikagulasch Schweinefleisch, bunte Paprikastücke, Zwiebeln, Knob., Kümmel, dazu Salzkartoffeln 1(W) a/3,5BE	Guten Appetit!	"Bremer Hühnersuppe" * mit Suppengrün, Gemüsezwiebel, Petersilie, und Reis, dazu ein Kaiserbrötchen 1(W),3,7,9 4BE	Lasagne „Colorato" * mit bunter Paprika, Zucchini, Broccoli, Tomaten, Karotten, Zwiebel, Béchamel und Käse überbacken 1(W),3,7 3,5BE
Donnerstag 15.10.2026	Guten Appetit!	Gebratenes Putenbrustfilet * dazu braune Sauce, Rahmwirsing und Salzkartoffeln 1(W),3,7 a/3,5BE	Geflügelfleischkäse * in Sauce mit Schwarzwurzeln und Kartoffeln 1(W),3,7 a/b/c/j/4,5BE	Veg. Spitzkohl-Pastinaken-Eintopf * mit Champignons, Schmand und Thymian 3,7 3BE
Freitag 16.10.2026	Guten Appetit!	Panierte Bauchscheibe mit Bratensauce, dazu Rahmwirsing und Kartoffeln 1(W),3,7 a/4,5BE	Gedünstetes Kabeljaufilet * an Kräutersauce, dazu Möhrenscheiben und Salzkartoffeln 1(W),3,4,7 3,5BE	Pastapfanne * Pennennudeln mit Paprika, Tomaten, Broccoli und Tofuwürfel in einer tomatisierten Sauce 1(W),3,6,7 6,5BE

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 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 19.10.2026	Guten Appetit!	Hähnchen "süß-sauer" * rote Paprika, Soja- sauce Zwiebel, Ananas, Knoblauch, Tomaten- mark, dazu Reis	3 Hackbällchen mit Gemüsesauce, dazu Erbsen-Mais- gemüse und Kartoffeln	Sojageschnetztes * in heller Schnittlauch- sauce, dazu junge Erbsen und Kartoffeln
		1(W),6 a/b/6BE	1(W),3,7,9 4BE	1(W),3,6,7 3BE
Dienstag 20.10.2026	Schweinefrikadelle in Pfeffersauce mit grünen Bohnen und Gabelspaghetti	Heringstipp * in Sahnesauce mit Äpfeln, Zwiebeln und Gurke, dazu Dampfkartoffeln	Guten Appetit!	Quinoa-Erbsen- Frikadelle * mit pikanter Senfsauce (m. Zwiebeln, Sahne, Petersilie) u. Möhren- Stampfkartoffeln
	1(W),3,7 2,5BE	3,4,7 c/z/2,5BE		1(W),3,7,9,10 4,5BE
Mittwoch 21.10.2026	Klassischer Milchreis * mit warmem Kirschragout	Guten Appetit!	Putengulasch * in Sauce, dazu junge Erbsen und Spiralnudeln	7 Falafel- Kichererbsen- Bällchen * mit Tomatenragout und buntem Reis
	1(W),7 c/7,5BE		1(W) a/6,5BE	1(W),9 7BE
Donnerstag 22.10.2026	Vegetarisch gefüllte rote Paprikaschote * mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Vollkornreis	Scheibe vom Nackenbraten mit Bratensauce, dazu Spitzkohl und Kartoffeln	Guten Appetit!	Hirtenpfanne * mit Reismudeln, Feta, Tomaten, Zwiebeln, Bohnen, Zucchini und Peperoni
	1(W),3,6,9,10 7BE	1(W),3,7 a/3,5BE		1(W),7 6BE
Freitag 23.10.2026	Ostfriesische bunte Bohnensuppe mit Speck und Mett- wurstscheiben	Gebratenes Alaska-Seelachsfilet * an Kräutersauce, dazu gebutterte Möhren- scheiben und Kartoffeln	Guten Appetit!	Rustikales Zucchini- Kartoffelallerlei * mit Thymian, Rosmarin, Knoblauch und Kirschtomaten
	9 b/c/3BE	1(W),3,4,7 5BE		1(W),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 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 26.10.2026	 BIO-Spaghetti „Bolognese“ * mit Geflügelhack- fleischsauce 1(W) 8,5BE	 Guten Appetit! 	 Frischer Möhreintopf mit Fleischeinlage 7 2BE	 Curry von bunten Hülsenfrüchten * mit Gemüse, Zwiebeln, Tomaten, Kokosmilch, Chili, Kurkuma, dazu Reis 1(W),3,7 9BE
Dienstag 27.10.2026	 Guten Appetit! 	 1 große Frühlingsrolle * mit Hähnchenfleisch, dazu süß-saure Sauce mit Paprikastreifen und BIO-Reis 1(W),3,6 z/9BE	 Putengeschnetzeltes * mit Möhren- und Zucchiniwürfel in heller Sauce, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 3BE	 3 Kartoffeltaschen „Frischkäse-Kräuter“ * mit buntem Gemüse in Käsesauce 1(W),7 4,5BE
Mittwoch 28.10.2026	 Deftige Erbsensuppe mit eingeschnittener Wurst b/c/3,5BE	 Guten Appetit! 	 Hähnchenschenkel * mit Sauce, dazu Kaisergemüse und Kartoffelpüree 1(W),7 a/3BE	 Asiatische Bratnudel-Gemüsepfanne * mit Paprika, Weißkohl, Möhren, Mu-Err Pilze, Mungobohnenkeim- linge und Sojasauce 1(W),6 5BE
Donnerstag 29.10.2026	 „Schlemmerschnitzel“ dazu holländische Sauce, Leipziger Allerlei und Kartoffeln 1(W),3,7 4,5BE	 Guten Appetit! 	 Rindergeschnetzeltes* dazu Blumenkohl und Kartoffeln 1(W),3,7 a/3BE	 Spaghetti „Napoli“ * mit Tomaten- Basilikumsauce 1(W) 9BE
Freitag 30.10.2026	 „Wikingertopf“ * Rinderhackfleisch- bällchen mit Möhren, Erbsen, Zwiebel, Sahne, Schmelzkäse, Knob- lauch, dazu Kartoffeln 1(W),3,7 4BE	 Guten Appetit! 	 Frisches Fischfrikassee * mit Seelachstücken, Möhren, Sellerie und Erbsen, dazu Salzkartoffeln 1(W),3,4,7,9 3BE	 Griechischer Kartoffelauflauf * mit Paprika, Auber- ginen, Zucchini, Feta und Käse überbacken 3,7 4,5BE

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 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.