

Speiseplan 01.09.25 - 05.09.2025

VeggieZauber & ZuckerLiebe

Staff - 5,10 € / Guest - 6,60 €

Land, Meer & Garten

Staff - 5,30 € / Guest - 6,80 €

Querbeet

Staff - 5 € / Guest - 8,05 €

Montag
01.09

Vollkorn-Fusilli mit Linsenbolognese und Rucola
Vegan- K, Ia
Kcal: 559,2, EW: 24,3 g, F: 11,2 g, KH: 83,6 g, BS: 17,1 g

Schwarzbiergulasch mit Gemüse, dazu Kartoffelköbe
S, Ia, Ic, III, VII, IX
Kcal: 703,8, EW: 22,6 g, F: 30,8 g, KH: 85,5 g, BS: 8,6 g

**Zitronenhähnchenkeule mit Möhrchen
und gebackenen Drillingen**
G, Ia, VII
Kcal: 545,3, F: 18,1g, KH: 63,4 g, EW: 35,1 g, BS: 4,2 g

Dienstag
02.09

**Griechische-KichererbsenBowl
mit Kichererbsen, Oliven
auf knackigem Salat mit Gurke, Tomate**
K, Ia - Vegan
Kcal: 608,7, F: 20,3 g, KH: 36,4 g, EW: 15,1 g, BS: 8,2 g

**Hähnchengeschnetzeltes mit Pilzen,
dazu Reis**
G, Ia, III, VII
Kcal: 620,1, F: 23,0g, KH: 72,7g, EW: 31,4g BS: 8,3 g

**Falscher Hase
mit Spitzkohl und Kartoffeln**
S, R, Ia, III, X
Kcal: 550, F: 25g, KH: 40g, EW: 35g, BS: 6g

Mittwoch
03.09

**Blumenkohlcurry
mit Kartoffeln, Paprika und Zucchini dazu Baguette**
K, Ia - Vegan
Kcal: 432, F: 17 g, KH: 56 g, EW: 10 g, BS: 9 g

Jägerschnitzel mit Tomatensoße und Pasta
S, Ia, III, VII, IX, X
Kcal: 750,5, F: 27,3g, KH: 64,2g, EW: 27,4g BS: 7,4 g

**Ofenhähnchen auf Ratatouille,
dazu Kräuterkartoffeln**
G
Kcal: 474,3, EW: 32,7 g, F: 21,8 g, KH: 41,2 g, BS: 7,2 g

Donnerstag
04.09

**Kaiserschmarn mit Kirschkompott
und Vanillesoße**
K, Ia, III, VII
Kcal: 603,7, EW: 10,9 g, F: 25,5 g, KH: 60,6 g, BS: 7,3 g

**Hähnchenragout mit Paprika und Bohnen,
dazu Reis**
G, Ia, III, VII
Kcal: 620,1, F: 23,0g, KH: 72,7g, EW: 31,4g BS: 8,3 g

**Schnitzel mit Spiegelei,
dazu Wedges und Salat**
S, Ia, III, VII, X
Kcal: 677,3, F: 32,7 g, KH: 48,2 g, EW: 36,4 g, BS: 5,5 g

Freitag
05.09

**Lemonpasta
mit Zuckershote, Chilli und Rucola**
K, Ia - Vegan
Kcal: 620,3, EW: 18,7 g, F: 17,6 g, KH: 74,5 g, BS: 7,3 g

**Schweineleber
mit gebratenen Zwiebeln und Kartoffeln**
S, VII
Kcal: 783,2, EW: 25,8 g, F: 26,3 g, KH: 53,5 g, BS: 6,7 g

**Honig-Hähnchen in Kokoscurry,
dazu Reis**
G, VII
Kcal: 639,5, EW: 38,9 g, F: 25,6 g, KH: 58,4 g, BS: 6,1 g

Eintopf der Woche -

Erbseintopf, dazu Brot oder Brötchen
K, Ia, Ib, Ic, IX
Kcal: 295,4, F: 10,2 g, KH: 39,5 g, EW: 20,0 g, BS: 8,0 g

Speiseplan 08.09.25 - 12.09.2025

VeggieZauber & ZuckerLiebe

Staff - 5,15 € / Guest - 7,05 €

Land, Meer & Garten

Staff - 5,75 € / Guest - 7,65 €

Querbeet

Staff - 6,15 € / Guest - 8,05 €

Montag
08.09

Kartoffel-Gemüse-Auflauf

K, VII

Kcal: 543,4, F: 13,6g, KH: 74,2g, EW: 16,1g BS: 5,7 g

Reisschale mit buntem Gemüse wahlweiße mit Hähnchen

K/G, Ia, VII

Kcal: 414,6, EW: 9,7 g, F: 13,9 g, KH: 51,1 g, BS: 4,4 g

Bauernroulade mit Gemüse, dazu Knödel und Rahmsoße

S, Ia, III, VII, IX

Kcal: 536,4, F: 27,2g, KH: 63,8g, EW: 30,8g BS: 7,6 g

Dienstag
09.09

Pasta mit Spinatrahm und Kirschtomaten

K, Ia -Vegan

Kcal: 743,2, F: 34,0 g, KH: 64,4 g, EW: 22,5 g, BS: 3,6 g

Honig-Senf-Hähnchen mit Brokkoli-Möhren Gemüse, dazu gebackenen Drillinge

G, X

Kcal: 758, F: 42,6g, KH: 38,5g, EW: 37,4g BS: 8,2 g

Senfrostbraten mit grünen Bohnen und Kartoffeln

S, Ia, X

Kcal: 721,5, F: 35,3g, KH: 62,4g, EW: 39,5g BS: 6,3 g

Mittwoch
10.09

Veganes Kichererbsen Curry mit Reis

K, Ia, Vegan

Kcal: 683,3, EW: 16,4 g, F: 21,7 g, KH: 84,5 g, BS: 11,6 g

Spirelli mit Wurstgulasch und Reibekäse

S, 1, 3, 5, Ia, IX, X

Kcal: 653,7, EW: 20,5 g, F: 25,2 g, KH: 90,4 g, BS: 7,3 g

Rindergulasch mit grünen Bohnen, dazu Böhmisches Knödel

R, Ia

Kcal: 703,8, EW: 22,6 g, F: 30,8 g, KH: 85,5 g, BS: 8,6 g

Donnerstag
11.09

Eierpfannkuchen mit Blaubeerragout und Vanillesoße

K, Ia, III, VII

Kcal: 621,6, F: 30,4g, KH: 92,4g, EW: 15,8g, BS: 8,6g

Chili con Carne mit Reis

R, S, Ia, IX, VIII

Kcal: 519,3, F: 19,5g, KH: 62,1g, EW: 26,6g BS: 7,8 g

Elsässer Schnitzel mit Weißkrautsalat und Wedges

S, 1, 3, 4, 5, Ia, III, VII

Kcal: 717,2, F: 37,8 g, KH: 56,2 g, EW: 46,4 g, BS: 5,5 g

Freitag
12.09

Brokkoli-Zitronen-Pasta Vegan - Ia

Kcal: 582,2, EW: 17,6 g, F: 18,9 g, KH: 82,5 g, BS: 9,1 g

Mexikanisches Chilli Fajita mit Hummus, dazu Tortilla

G, 1, 3, 5, I, Ia, IX, X

Kcal: 605,4, EW: 20,2 g, F: 35,1 g, KH: 45,6 g, BS: 8,8 g

Bratkartoffeln mit Remoulade, Matjes & Salat

F, 1, 7, 9, I, Ia, III, IV, VII, X, XII

Kcal: 609,3, EW: 23,5 g, F: 28,4 g, KH: 62,4 g, BS: 8,3 g

Eintopf der Woche -

Kartoffelsuppe mit Liebstöckel, dazu Brot

K, Ia, VII

Kcal: 453,2, EW: 10,8 g, F: 15,4 g, KH: 60,9 g, BS: 5,1 g

Speiseplan 15.09.25 - 19.09.2025

VeggieZauber & ZuckerLiebe

Staff - 5,15 € / Guest - 7,05 €

Land, Meer & Garten

Staff - 5,75 € / Guest - 7,65 €

Querbeet

Staff - 6,15 € / Guest - 8,05 €

Montag
15.09

Röstitaler mit Marktgemüse und Kräuterdipp
K, III, VII
Kcal: 403,8, EW: 10,5 g, F: 12,4 g, KH: 60,8 g, BS: 8,7 g

**Putengulasch mit Paprika
mit Pasta**
G, Ia, VII
Kcal: 546,2, F: 22,7 g, KH: 54,3 g, EW: 42,5 g, BS: 5,0 g

**Schweinesteak au four mit Pommes,
dazu Salatbeilage**
S, G, Ia, VII
Kcal: 848,3, EW: 33,2 g, F: 32,8 g, KH: 58,6 g, BS: 7,2 g

Dienstag
16.09

**Gnocchi
mit Tomatensoße und Reibekäse**
K, VI
Kcal: 632,4, F: 21,4g, KH: 76,3g, EW: 41,3g, BS: 6,1g

**Hirten-Bowl
mit Frischem Gemüse, Hirtenkäse, Hähnchen und Salat**
G/K, Ia, VII
Kcal: 436,2, F: 18,4g, KH: 55,7g, EW: 31,5g BS: 7,9 g

**Gyros vom Schwein
mit Krautsalat, Tsatsiki & Tomatenreis**
S, VII
Kcal: 620,4, F: 22,9g, KH: 59,3g, EW: 38,3g BS: 8,4 g

Mittwoch
17.09

Rührei mit Gurkensalat und Kartoffeln
K, Ia, III, VII
Kcal: 478,4, F: 17,4g, KH: 57,3g, EW: 23,7g BS: 6,5 g

Jägerschnitzel mit Tomatensoße und Pasta
S, Ia, III, VII, IX, X
Kcal: 750,5, F: 27,3g, KH: 64,2g, EW: 27,4g BS: 7,4 g

**Hähnchenbrust Caprese mit Tomate und Mozzarella
überbacken,
dazu Paprikarahm und Reis**
G, Ia, VII
Kcal: 714,5, EW: 49,6 g, F: 32,1 g, KH: 69,4 g, BS: 6,3 g

Donnerstag
18.09

**Reibekuchen
mit Apfelmus, Zimt und Zucker**
K, Ia, III, VII
Kcal: 603,7, EW: 10,9 g, F: 25,5 g, KH: 60,6 g, BS: 7,3 g

Chili-Blanco mit Hähnchenstreifen, dazu Reis
G, VII
Kcal: 547,3, EW: 39,3 g, F: 11,5 g, KH: 64,4 g, BS: 10,3 g

**Schnitzel mit Blumenkohl
Sauce Hollandaise & Salzkartoffeln**
G, Ia, III, VII
Kcal: 645,6, F: 36,2g, KH: 56g, EW: 27g, BS: 6g

Freitag
19.09

Gemüse-Curry mit Basmatireis
Vegan
Kcal: 610,3, EW: 18,4 g, F: 21,7 g, KH: 84,5 g, BS: 11,6 g

**Klöße nach "Königsberger Art"
mit Kapernsoße, dazu Kartoffeln und rote Bete**
S, R, Ia, III, VII, X
Kcal: 653,7, EW: 20,5 g, F: 25,2 g, KH: 90,4 g, BS: 7,3 g

**Gedünstetes Seelachsfilet
in Senfsauce, dazu
Kartoffel- Gemüse- Stampf**
F, Ia, VII, IX
Kcal: 590, F: 35g, KH: 40g, EW: 33g, BS: 5g

Eintopf der Woche

Linsensuppe "süß-sauer" mit Wurzelgemüse, dazu Brot
K, Ia, Ib, Ic, IX
Kcal: 326,2, F: 8,6 g, KH: 54,5 g, EW: 13,7 g, BS: 13,4 g

Speiseplan 22.09.25 - 26.09.2025

VeggieZauber & ZuckerLiebe

Staff - 5,15 € / Guest - 7,05 €

Land, Meer & Garten

Staff - 5,75 € / Guest - 7,65 €

Querbeet

Staff - 8,90 € / Guest - 10,70 €

Montag
22.09

Spaghetti aglio e olio

K - vegan

Kcal: 509,1, EW: 15,3 g, F: 21,4 g, KH: 75,4 g, BS: 8,3 g

Grünes Thai Curry mit buntem Gemüse, dazu Reis

G, VII

Kcal: 610,3, EW: 18,4 g, F: 21,7 g, KH: 84,5 g, BS: 11,6 g

Currywurst mit fruchtig-scharfer Currysoße und Wedges

S, R, 1, 3, 5, Ia, VII, IX, X

Kcal: 788,2, EW: 20,9 g, F: 34,2 g, KH: 88,9 g, BS: 6,4 g

Dienstag
23.09

Brokkoli-Bowl mit Couscoussalat, dazu Sesam-Joghurt-Dip

K, Ia, VII, XI

Kcal: 414,6, EW: 9,7 g, F: 13,9 g, KH: 51,1 g, BS: 4,4 g

Bunter Kartoffel-Gemüseauflauf mit Hähnchenstreifen und Sahnesoße

G, 1, 3, 5, Ia, VII

Kcal: 601,2, EW: 20,4 g, F: 25,8 g, KH: 50,7 g, BS: 5,2 g

Phad Thai

G, Ia, V, VI, VII, XI

Kcal: 653,7, EW: 20,5g, F: 25, g, KH: 90,4g, BS: 7,3g

Mittwoch
24.09

Kartoffelspalten mit Sauerrahm und Salat

K- Ia, VII

Kcal: 500,4, EW: 10,5 g, F: 15,8 g, KH: 60,6 g, BS: 7 g

Spirelli mit Wurstgulasch und Reibekäse

S, 1, 3, 5, Ia, IX, X

Kcal: 653,7, EW: 20,5 g, F: 25,2 g, KH: 90,4 g, BS: 7,3 g

Sülze mit Bratkartoffeln & Remoulade

S, 1, 2, 3, 4, 5, 9, III, VII, IX, X

Kcal: 630, F: 43g, KH: 35g, EW: 25g, BS: 4g

Donnerstag
25.09

Quarkkeulchen mit Apfelmus

K, 1, 3, Ia, III, VII, XII

Kcal: 476,3, F: 17,5 g, KH: 58,2 g, EW: 14,7 g, BS: 3,5 g

Hähnchen-Schupfnudel-Pfanne mit Rahmchampignons

G, Ia, III, VII

Kcal: 692,4, F: 26,3g, KH: 70,7g, EW: 13,9g, BS: 7

Schnitzel "Italia" überbacken mit Tomate- Mozzarella, dazu Rosmarinkartoffeln

S, Ia, III, VII

Kcal: 440,5 kcal, EW: 27,8 g, F: 14,4 g, KH: 47,4 g, BS: 6,3 g

Freitag
26.09

Linsen Dal mit Kichererbsen und Gemüse an Reis

K, IX - Vegan

Kcal: 452, EW: 19 g, F: 14 g, KH: 53 g, BS: 13 g

Kasselerpfanne mit Bohnen und Spätzle

S, Ia, III, VII

Kcal: 563,6, F: 25,3g, KH: 54,7g, EW: 31,6g BS: 8,4 g

Backfisch mit Kartoffelsalat und Remoulade

F, Ia, IV, VII

Kcal: 693,6, F: 32,5 g, KH: 51,9 g, EW: 43,8 g, BS: 5,2 g

Eintopf der Woche -

Soljanka, dazu Brot oder Brötchen

S, 1, 3, 5, Ia, VII, IX, X

Kcal: 438,9, EW: 14,3 g, F: 18,2 g, KH: 62,4 g, BS: 5,4 g

Speiseplan 29.09.25 - 03.10.2025

VeggieZauber & ZuckerLiebe

Staff - 5,15 € / Guest - 7,05 €

Land, Meer & Garten

Staff - 7,90 € / Guest - 9,50 €

Querbeet

Staff - 6,15 € / Guest - 8,05 €

Montag
29.09

**Ofenkartoffel mit Kräuterquark
und Salatbeilage**

K, VII
Kcal: 520,4, F: 10,0 g, KH: 68,0 g, EW: 14,0 g, BS: 7,0 g

One Pot Bolognese Pasta dazu Reibekäse

S, Ia, VII, IX
Kcal: 700g, F: 29,5g, KH: 68g, EW: 44g, BS: 7g

**Panierte Hähnchenbrust mit Käse,
dazu Tomaten-Pestosoße und Reis**

G, Ia, III, VII, Ic
Kcal: 653,3, EW: 28,2 g, F: 27,1 g, KH: 78,9 g, BS: 6,5 g

Dienstag
30.09

Falafel-Bowl mit Couscous und frischem Salat

K, Ia, Vegan
Kcal: 354,2, EW: 8,3 g, F: 10,9 g, KH: 45,1 g, BS: 6,4 g

**Chinakohl-Hack-Kartoffel Auflauf
mit Kartoffeln, Zwiebeln und Sahne**

S, VII
Kcal: 650,7, EW: 25,5 g, F: 25,2 g, KH: 55 g, BS: 7,3 g

**Geschnetzeltes Züricher Art
mit Champignons und Spätzle**

G, Ia, III, VII, IX, X
Kcal: 795,3, EW: 36,3 g, F: 38,9 g, KH: 70,4 g, BS: 5,3 g

Mittwoch
01.10

siehe Speiseplan Oktober

Donnerstag
02.10

siehe Speiseplan Oktober

Freitag
03.10

siehe Speiseplan Oktober

Eintopf der Woche

Möhreneintopf, dazu Brot oder Brötchen

K, Ia, Ib, Ic, IX
Kcal: 295,4 , F: 10,2 g, KH: 39,5 g, EW: 20,0 g, BS: 8,0 g