

Wochenmenü

KW 04, 19.01.2026 - 23.01.2026

Apostelgymnasium

Kinder-Cater GmbH

Petra M. Gobelius

Voltastraße 3

50129 Bergheim

e-Mail: office@kinder-cater.com

Tel.: +49(0)2271 - 46703-0



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Pasta mit Tomatensoße und Goudastreusel 1, 3, a, a1, d	Hähnchenbrust natur Kartoffel - Püree Rahm - Brokkoli 1, 2, d, e	Veg. Chinapfanne (Kichererbse, Paprika, Champignon, Bohne) mit Reis 1, 2, a, a1, e, j	Lachs - Auflauf (Kartoffel, Spinat) 1, 3, b, d, i	Currywurst in Currysoße mit Wedges 8, 9, a, a1, d, e, l
Szegediener Gulasch (Schwein/Sauerkraut) und Kartoffeln d, e	Sojaschnitzel Kartoffel - Püree Rahm - Brokkoli 1, 2, a, a1, b, d, e, j	Nudelauflauf 'al Forno' und buntes Gemüse 1, 3, a, a1, d	Kartoffel - Spinat - Auflauf 1, 3, b, d	Große Portion Wedges mit Currysoße und Eisberg - Salat 3, 9, a, a1, e, l, m
Valessgulasch 'Szegediener Art' mit Kartoffeln a, a1, a4, b, d	Gemüse - Maultaschen mit Kräutersoße a, a1, b, d, e	Ravioli mit Käse Füllung und 'Zaubersoße' (Karotte, Sellerie, Tomatenmark) d, e	Pasta mit Erbsen - Käse - Soße (mit Putenschinken) 1, 2, 3, 8, 13, a, a1, d, e	Pasta mit Brokkolisoße a, a1, d, e
Obst (Äpfel)	Obst (Birnen)	Obst (Bananen)	Karotten (Rohkost)	Obst (Clementinen)
Milchpudding Butterkeks a, a1, d	Quark - Dessert - Waldbeeren d	Buttermilchdessert Limette Zitrone d	Gebäck 1, 2, 3, 9, a, a1, a2, a3, a4, a5, a6, b, c, d, f, g, j, k, k1, k2, k3, k4, k5, k6, k7, k8, k9	Joghurt - Dessert - Bircher - Müsli a, a1, a4, a6, d, k, k1, k2

Da wir mit natürlichen Zutaten arbeiten, können wir produktionsbedingt Kreuzkontaminationen leider nicht ausschließen. Trotz größerer Sorgfalt können Angaben zu den einzelnen Menüs leider noch nicht vollständig sein. Aus organisatorischen Gründen können auch kurzfristig Rohstoffe ausgetauscht werden. Informieren Sie sich bitte daher immer im aktuellen Online-Speiseplan. Das sollten Sie wissen: Wir verwenden ausschließlich Produkte ohne Geschmacksverstärker! Unser Käse ist handelsüblicher Gouda (max. 45% Fett). Wir bevorzugen fettrarme Milchprodukte (Milch, Pudding, Natur-Quark und -Joghurt). Wir verwenden Rapsöl, jodiertes Speisesalz und Parboild-Reis. Kennzeichnung: 1=Farbstoff, 2=Konservierungsstoff, 3=Antioxidationsmittel, 8=Phosphat, 9=Süßungsmittel, 13=Nitratsalz, a=Glutenhaltiges Getreide, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, b=Eier, c=Ernährungs-, d=Milch einschließlich Lactose, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite

Lunchpaket

Wochenmenü

19.01.2026 - 23.01.2026

Apostelgymnasium

Kinder-Cater GmbH

Petra M. Gobelius

Voltastraße 3

50129 Bergheim

e-Mail: office@kinder-cater.com

Tel.: +49(0)2271 - 46703-0



Kennzeichnungspflichtige Allergene und Zusatzstoffe 19.01.2026 - 23.01.2026

1=Farbstoff, 2=Konservierungsmittel, 3=Antioxidationsmittel, 4=Geschmacksverstärker, 5=geschwefelt, 6=geschwärzt, 7=gewachst, 8=Phosphat, 9=Süßungsmittel, 10=Phenylalaninquelle, 11=verzehrabführend, 12=gentechnisch verändert, 13=Nitritsalz, 14=Chinin, 15=Koffein, 16=Taurin, 17=Alkohol, a=Glutenhaltiges Getreide, b=Eier, c=Erdnüsse, d=Milch einschließlich Lactose, e=Sellerie, f=Sesam, g=Lupine, h=Krebstiere, i=Fisch, j=Soja, k=Schalenfrüchte, l=Senf, m=Schwefeldioxid und Sulphite, n=Weichtiere, a1=Weizen, a2=Dinkel, a3=Roggen, a4=Hafer, a5=Kamut, a6=Gerste, k1=Mandeln, k2=Haselnüsse, k3=Walnüsse, k4=Kaschunüsse, k5=Pecanüsse, k6=Paranüsse, k7=Pistazien, k8=Macadamianüsse, k9=Queenslandnüsse

19.01.2026, Pasta mit Tomatensoße und Goudastreusel * Goudastreusel: 1,3, d * Pasta: a,a1 (austauschbar: Vollkornnudeln: a,a1) * Tomatensoße (Napoli V.): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:565.65/135,2 | Fett:3,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:20,7g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,9g

19.01.2026, Szegediner Gulasch (Schwein/Sauerkraut) und Kartoffeln * Kartoffeln: keine * Schweine Szegediner Gulasch (Sauerkraut): d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:293.3/70,9 | Fett:1,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,7g | Kohlenhydrate:7,9g | davon Zucker:0,9g | Eiweiß:5,2g | Salz:0,1g

19.01.2026, Valessgulasch Szegediner Art mit Kartoffeln * Kartoffeln: keine * Valessgulasch Szegediner Art (Sauerkraut): a,a1,a4,b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:276.54/66,6 | Fett:1,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,2g | Kohlenhydrate:9,2g | davon Zucker:0,9g | Eiweiß:4,1g | Salz:0,6g

19.01.2026, Milchpudding Butterkeks * Milchpudding Butterkeks: a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:331.01/79,0 | Fett:1,5g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:13,0g | davon Zucker:10,0g | Eiweiß:3,1g | Salz:0,2g

20.01.2026, Hähnchenbrust natur Kartoffel-Püree Rahm-Brokkoli * Hähnchenbrust natur: keine * Kartoffel-Püree: 1,2, d * Rahm-Brokkoli : d,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:356.15/85,0 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,0g | Kohlenhydrate:7,7g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:6,2g | Salz:0,4g

20.01.2026, Sojaschnitzel Kartoffel-Püree Rahm-Brokkoli * Kartoffel-Püree: 1,2, d * Rahm-Brokkoli : d,e * Sojaschnitzel: a,a1,b,j * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:477.66/114,4 | Fett:5,4g | davon gesättigte Fettsäuren:1,3g | Kohlenhydrate:10,9g | davon Zucker:1,2g | Eiweiß:4,9g | Salz:0,1g

20.01.2026, Gemüse-Maultaschen mit Kräutersoße * Kräutersoße: d,e * Maultaschen: a,a1,b,e * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:548.89/131,3 | Fett:4,9g | davon gesättigte Fettsäuren:2,1g | Kohlenhydrate:16,2g | davon Zucker:2,8g | Eiweiß:4,8g | Salz:0,8g

20.01.2026, Quark-Dessert-Waldberen * Quark-Dessert-Waldberen: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:268.16/64,1 | Fett:0,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,4g | Kohlenhydrate:4,1g | davon Zucker:4,1g | Eiweiß:9,9g | Salz:0,1g

21.01.2026, Veg. Chinapfanne (Kichererbse, Paprika, Champignon, Bohne) mit Reis * Chinapfanne Vegetarisch (Kichererbsen, Paprika, Champignons, Bohnen): 1,2, a,a1,e,j * Reis : keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:360.34/86,6 | Fett:1,3g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:15,7g | davon Zucker:0,6g | Eiweiß:2,4g | Salz:0,1g

21.01.2026, Nudelauflauf al Forno und buntes Gemüse * Buntes Gemüse (Auflauf): keine * Nudelauflauf al Forno: 1,3, a,a1,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:469.28/112,5 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:16,1g | davon Zucker:2,3g | Eiweiß:4,5g | Salz:0,1g

21.01.2026, Ravioli mit Käse Füllung und Zaubersoße (Karotte, Sellerie, Tomatenmark) * Karotten-Sellerie-Soße: d,e * Ravioli Formaggio (Bon Pastaio): keine * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:96.37/23,3 | Fett:0,8g | davon gesättigte Fettsäuren:0,1g | Kohlenhydrate:2,8g | davon Zucker:1,9g | Eiweiß:0,5g | Salz:0,0g

21.01.2026, Buttermilchdessert Limette Zitrone * Buttermilchdessert Limette Zitrone: d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:406.43/97,2 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:2,1g | Kohlenhydrate:13,9g | davon Zucker:13,0g | Eiweiß:2,6g | Salz:0,1g

22.01.2026, Lachs-Auflauf (Kartoffel, Spinat) * Lachsauflauf (mit Kartoffeln und Spinat): 1,3, b,d,i * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:611.74/146,6 | Fett:10,5g | davon gesättigte Fettsäuren:4,0g | Kohlenhydrate:4,8g | davon Zucker:0,8g | Eiweiß:8,5g | Salz:1,3g

22.01.2026, Kartoffel-Spinat-Auflauf * Kartoffel-Spinat-Auflauf : 1,3, b,d * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:557.27/133,0 | Fett:9,3g | davon gesättigte Fettsäuren:3,7g | Kohlenhydrate:6,4g | davon Zucker:1,0g | Eiweiß:5,0g | Salz:0,9g

22.01.2026, Pasta mit Erbsen-Käse-Soße (mit Putenschinken) * Erbsen-Käse-Soße (mit Putenschinken): 1,2,3,8,13, d,e (austauschbar: Erbsen-Käse-Soße: 1,2,13, d,e) * Pasta : a,a1 (austauschbar: Vollkornnudeln: a,a1) * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:645.26/154,3 | Fett:4,7g | davon gesättigte Fettsäuren:1,9g | Kohlenhydrate:21,5g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:6,2g | Salz:0,3g

22.01.2026, Gebäck * Gebäck: 1,2,3,9, a,a1,a2,a3,a4,a5,a6,b,c,d,f,g,j,k,k1,k2,k3,k4,k5,k6,k7,k8,k9 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:1923.21/459,0 | Fett:25,4g | davon gesättigte Fettsäuren:11,9g | Kohlenhydrate:50,1g | davon Zucker:31,0g | Eiweiß:5,7g | Salz:0,3g

23.01.2026, Currywurst in Currysoße mit Wedges * Currysoße: 9, e,l * Currywurst: 8, d,l * Wedges: a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:649.45/155,8 | Fett:8,9g | davon gesättigte Fettsäuren:1,4g | Kohlenhydrate:12,2g | davon Zucker:2,7g | Eiweiß:5,8g | Salz:1,1g

23.01.2026, Große Portion Wedges mit Currysoße und Eisberg-Salat * Currysoße: 9, e,l * Dressing: 3, l,m * Salat (MS Lambada): keine * Wedges plus (240): a,a1 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:481.85/115,9 | Fett:4,6g | davon gesättigte Fettsäuren:0,5g | Kohlenhydrate:15,6g | davon Zucker:3,5g | Eiweiß:1,9g | Salz:0,7g

23.01.2026, Pasta mit Brokkolisoße * Brokkolisoße: d,e * Pasta: a,a1 (austauschbar: Vollkornnudeln (Penne 2): a,a1) * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:582.41/139,0 | Fett:3,0g | davon gesättigte Fettsäuren:0,8g | Kohlenhydrate:22,8g | davon Zucker:2,1g | Eiweiß:4,7g | Salz:0,0g

23.01.2026, Joghurt-Dessert-Bircher-Müsli * Joghurt-Dessert-Bircher-Müsli: a,a1,a4,a6,d,k,k1,k2 * Nährwerte: 100gr | Brennwert in kJ/kcal:389.67/93,3 | Fett:3,2g | davon gesättigte Fettsäuren:2,2g | Kohlenhydrate:11,5g | davon Zucker:7,5g | Eiweiß:3,6g | Salz:0,1g