



Mensa

Allergen-und Zusatzstoffkatalog

Legende:

1 = Säureregulator Natriumcitrat E331

2 = Verdickungsmittel Guarkernmehl E412

7 = Säuerungsmittel Zitronensäure E330

x = Gluten in Spuren nur aus der Gemüsebrühe

3 = Verdickungsmittel Johannisbrotkernmehl E410

4 = Verdickungsmittel Xanthan E415

8 = Stabilisator Natriumcitrate E331

x = in Spuren enthalten

5= Konservierungsstoff Natriumnitrit E250

6= Säuerungsmittel Natriumascorbat E301

9= Stabilisator Gluco-delta-lacton E575

10= Antioxidationsmittel Ascorbinsäure E300

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren aller zu deklarierenden Allergene möglich

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Hauptkomponenten

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																	
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch (Milcheiweiß)	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)		
Fisch		Fischfrikadelle	x	x				x	x									x																	5,1	19,7	7,2	165/688	0,4	
		Seelachs Bordelaise	x				x												x																8,5	22,7	14,3	254/1061	0,7	
		Seelachs, paniert	x	x															x																	10,3	20,5	7,1	189/788	0,9
		Seelachs, überbacken	x				x												x																	6,3	19,2	13,0	219/916	0,5
		Seelachs "Backfisch"	x				x												x																	6,9	19,4	11,0	205/858	0,6
		Seelachs "Knusper"	x	x	x						x								x																	10,5	21,3	9,4	212/888	0,9
		Seelachsfilet, gedünstet							x										x																		0,3	21,3	8,0	159/664

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Hauptkomponenten

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																							g pro 100g:														
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch (Milcheiweiß)	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Proteinheiten (BE)		
Gemüse		Paprikagemüse mit Zwiebeln					x	x																										5,4	1,5	0,8	36/150	0,4		
		Paprika-Mais-Karottengemüse					x	x																										7,2	1,7	1,0	45/191	0,6		
		Rahmspinat					x	x																										2,2	3,1	3,4	54/226	0,2		
		Ratatouille							x																						2			3,7	1,5	0,8	29/122	0,3		
																																			1,3	2,9	0,3	19/81	0,1	
									x																										9,8	1,7	0,1	49/203	0,8	
			Rotkohlgemüse							x																									8,5	1,5	0,2	44/182	0,7	
			Sauerkraut							x																										1,8	0,7	0,6	17/72	0,1
			Sommergemüse																																	5,8	2,9	0,3	38/159	0,5
			Spinat, Blatt																																	0,6	2,5	0,3	15/63	0,05
			Spitzkohlgemüse					x	x																											3,5	2,0	1,4	36/149	0,3
			Suppengemüse							x																										4,5	2,1	0,2	29/122	0,4
			Weißkraut-Karotten-Paprikagemüse					x	x																							2			4,1	1,1	1,6	36/149	0,3	
			Wirsinggemüse					x	x																											2,3	2,4	1,4	32/132	0,2
			Wirsinggemüse in Rahm					x	x																											4,0	2,8	3,4	58/244	0,3
			Zucchini-Tomatengemüse					x	x																											4,7	1,7	1,0	35/148	0,4
			Zucchini-Tomatengemüse					x	x																											3,6	1,3	1,4	33/137	0,3
		Zuckerschoten																																	10,4	4,3	0,2	63/263	0,9	
pen		Asiasuppe mit Tofu	x			x		x	x																										1,9	2,0	1,4	28/118	0,2	
		Broccolisuppe					x	x																							2			4,0	2,3	2,5	48/201	0,3		
		Erbsensuppe mit Speck							x							x														2,5			3,5	2,5	0,5	29/122	0,3			
		Erbsensuppe, vegetarisch							x																						2			3,7	1,4	0,4	25/103	0,3		
		Gemüse Eintopf					x	x																											3,3	1,3	0,7	25/104	0,3	
		Gemüse Eintopf mit Nudeln	x				x	x																							2			4,0	1,5	0,4	27/111	0,3		
		Gulaschsuppe							x						x																2			4,9	6,4	1,9	63/263	0,4		
		Hessische Kartoffelsuppe					x	x																												8,7	1,8	2,6	66/278	0,7

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Hauptkomponenten

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																	
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch (Milchweiß)	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Proteinheiten (BE)		
Suppen		Hühnersuppe mit Nudeln	x						x								x																6,3	4,6	1,8	60/252	0,5			
		Hühnersuppe															x																1,9	5,3	2,3	50/209	0,2			
		Hühnersuppe mit Hühncheneinlage															x																1,9	5,3	2,3	50/209	0,2			
		Hühnersuppe mit Hühncheneinlage und Nudeln	x																x														5,2	6,1	2,5	68/285	0,5			
		Karotten-Sellerie-Suppe						x	x																								2	4,8	1,0	1,7	39/162	0,4		
		Curry-Suppe						x	x	x																								5,9	2,1	3,7	66/279	0,5		
Suppen		Karottencremesuppe					x	x																									2	4,5	0,7	0,5	26/108	0,4		
		Kartoffelcremesuppe					x	x																										6,8	1,1	0,3	36/151	0,6		
		Kürbiscremesuppe					x	x																										3,1	0,8	0,3	19/81	0,3		
		Kürbiscremesuppe mit Kartoffeln					x	x																										5,8	0,9	0,7	34/142	0,5		
		Linseneintopf	x			x		x	x																								2	7,9	3,0	0,4	48/204	0,7		
		Maiscremesuppe					x	x	x																									2	9,7	2,7	2,7	75/313	0,8	
		Maiskarottensuppe					x	x	x																									2	5,0	1,3	1,7	41/170	0,4	
		Minestrone mit Nudeln	x					x																											4,5	1,2	0,4	27/112	0,4	
		Nudelsuppe mit Gemüse	x				x	x																											7,5	1,7	0,4	42/174	0,6	
		Spargelcremesuppe					x	x																											2	4,2	2,3	5,4	74/311	0,4
		Serbischer Bohneneintopf mit Würstchen							x								x																		3,8	3,3	3,4	59/248	0,3	
		Gemüsesuppe-Eintopf					x	x																												2,1	0,8	0,4	15/64	0,2
		Tomatencremesuppe					x	x																												3,6	1,1	1,6	34/142	0,3
		Tomatensuppe mit Reis					x	x																												6,9	1,1	1,5	46/193	0,6
		Tomatensuppe-Eintopf						x																												4,0	0,6	0,4	23/96	0,3
	Zucchini-cremesuppe					x	x																												4,4	2,3	4,0	64/267	0,4	
								x																											3,9	0,6	0,4	22/93	0,3	
en		Buchteln	x	x		x																													52,4	9,0	6,0	303/1268	4,4	
		Germknödel (mit Marmelade gefüllt)	x			x																													55,6	7,5	4,0	293/1224	4,6	

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Hauptkomponenten

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																		
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch (Milchweiß)	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)			
Süßspeis		Grießbrei	x					x																										14,1	3,1	2,3	91/380	1,2			
		Milchreis						x																										21,0	3,4	2,5	121/507	1,7			
		Pfannkuchen, süß	x	x			x																												36,6	6,8	5,5	223/941	3,1		
		Quark-Bratlinge, süß	x				x																												30,4	5,1	0,9	222/930	2,5		
Sonstiges																																									
		Gefüllte Maultaschen	x	x			x	x																												15,4	8,3	5,5	146/610	1,3	
		Hackfleischzubereitung Bolognese							x					x	x																					2,7	13,3	14,0	189/789	0,2	
		Hackbällchen (vegetarisch)	x	x			x	x																												30,6	9,8	12,3	273/1143	2,5	
		Pfannnkuchen , herzhaft	x	x			x																														36,6	6,8	5,5	223/941	3,1
		Rührei		x			x																														1,5	11,0	9,7	136/571	0,1

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren aller zu deklarierenden Allergene möglich

Gemüsemischungen und Saucen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																		
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärtzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)			
Saucen		Curryrahmsoße Wok					x		x	x																								2	8,2	1,3	0,7	52,1/219	0,7		
		Asia Sauce Sesam Wok	x			x			x		x																							2	3,7	2,0	4,5	63/263	0,3		
		Asiasauce Süß-sauer Wok	x			x																												2	12,7	1,3	1,9	75/312	1,1		
		Asiasauce süß-sauer mit Ananas; Wok	x			x																													4,7	1,6	0,8	33/138	0,4		
		Asiasauce Tofu Wok	x			x			x		x																							2	2,7	4,3	3,4	58/244	0,2		
		Asiatische Grundsauce	x			x			x			x																						2	2,3	1,3	0,9	23/96	0,2		
		Bolognese mit Rinderhack														x																		2	4,7	5,1	7,6	108/452	0,4		
		Champignonrahmsauce							x		x																								2	5,4	3,0	4,2	72/ 301	0,5	
		Erdnusssauce Indonesisch Wok	x			x	x			x	x																								2	4,5	2,2	3,6	59/246	0,4	
		ErdnusssauceThai Wok	x			x	x	x		x	x																								2	6,2	5,6	8,6	124/522	0,5	
		Honig-Sojasauce; Wok	x			x			x		x																								2	4,1	1,3	1,9	38/161	0,3	
		Ingwersauce, klar Wok	x			x	x		x																										2	4,3	0,4	7,7	88/368	0,4	
		Karibik Sauce Wok							x		x																								2	6,3	1,2	2,3	52/217	0,5	
		Buttersauce für Gemüse							x		x																									2	2,1	0,5	4,5	51/213	0,2
		Kokos Limetten Sauce Wok							x		x																									2	6,3	0,9	2,5	52/218	0,5
		Kokos-Curry Sauce Wok							x		x	x																								2	7,2	1,0	3,0	61/254	0,6
		Kokos-CurrySauce mit Huhn Wok							x		x	x						x																		2	7,1	16,0	9,4	178/744	0,6
		Rinderhacksauce Weißkohlpfanne; Wok	x			x	x		x		x					x																				2	2,5	10,7	12,1	160/671	0,2
		Thaisauce, sweet chili							x	x		x	x																							2	7,8	1,9	3,4	69/292	0,7
		Tomatensauce mü Gemüsepfanne"							x		x																									2	5	2,5	4,1	67/280	0,4
		Tomatensauce Veggie									x																									2	5,6	1,3	3,3	59/246	0,5
	Tomatensauce Parma							x		x																									2	2,9	0,7	2,2	35/147	0,2	
	Tomatensauce Parmarosa							x		x																									2	2,2	0,8	1,6	28/116	0,2	
	Tomatensauce Napoli									x																									2	5,1	0,8	2,9	51/213	0,4	
	Tomatensauce Mozzarella							x		x																									2	4,8	4,4	4,5	79/330	0,4	

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren aller zu deklarierenden Allergene möglich

Gemüsemischungen und Saucen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																							g pro 100g:															
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)			
		Tomatensauce Ragout								x																								2	5,9	0,8	0,8	35/147	0,5		
		Tomatensauce Mediteran To								x																								2	6,1	1,3	4,2	69/289	0,5		
Saucen		Tomatensauce Ratatouille Tom								x																								2	4,9	1,0	0,5	29/124	0,4		
		Tomatensauce								x																									2	5,6	0,9	0,7	34/142	0,5	
		Tomatensauce Asia								x																									2	5,3	0,7	0,6	31/129	0,4	
		Sauce mit Hack								x						x																			2	1,9	4,1	5,4	73/304	0,2	
		Sauce vegetarisch								x																										2	3,9	0,8	2,0	37/156	0,3
		Sauce Wok								x																										2	7,2	3,7	4,9	89/372	0,6
		Sauce mit Hack Wok	x							x						x																					1,2	5,4	5,8	78/328	0,1
		Sauce Weißkohlschmorpfanne Wok	x				x			x	x																									2	2,9	1,8	1,1	28/120	0,2
schung		Asiatische Wokmischung TK																																		3,7	2,1	0,3	27/111	0,3	
		Broccoli TK																																		2,5	3,3	0,2	26/109	0,2	
		Ratatouille-Gemüsemischung TK																																		1,3	2,9	0,3	19/81	0,1	
		Zuckererbsen TK																																		10,4	4,4	0,2	63/263	0,9	
		Kaisergemüse TK																																							
		Blumenkohl TK																																							
		Kohlrabi TK																																							
		Paprika gemischt TK																																							
		Möhren TK																																							
		Sommergemüse TK																																							
		Balkangemüsemix TK																																							

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Gemüsemischungen und Saucen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																			
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)				
Gemüse		Broccoli																																		2,6	4,4	0,3	32/136	0,2		
		Fenchel																																			3,3	2,8	0,3	29/118	0,3	
		Mexicomix TK																																			3,9	1,5	0,3	26/108	0,3	
		Pfannengemüse																																			3,3	1,5	0,4	24/99	0,3	
		Chinamix																																			4,5	1,7	0,3	29/119	0,4	
		Asiamix																																			3,9	1,4	0,3	25/104	0,3	
		Wokmix																																			4,6	1,3	0,3	27/115	0,4	
		Frankreichmix																																				4,2	1,8	0,3	28/118	0,3
		Italienmix																																				3,6	1,6	0,4	25/106	0,3
		Karibikmix																																				4,5	2,0	0,3	30/125	0,4
		Bauernmix																																				4,2	2,0	0,3	29/119	0,4
		Kichererbsen																																				4,8	2,1	0,4	33/137	0,4
		Gärtnerinmix																																				3,9	2,0	0,3	28/117	0,3
		Linsenmix																																				11,0	4,7	0,4	68/285	0,9
		Paprika-Zwiebelmix																																				4,0	1,4	0,3	26/109	0,3
mischung		Provenciamix																																				3,7	1,8	0,4	26/110	0,3
		Thaimix																																				4,5	1,8	0,3	29/122	0,4
		Türkeimix																																				11,7	3,6	0,7	70/292	1,0
		Ungarischermix																																				5,1	1,6	0,3	31/129	0,4
		Wochenmarktmix																																				4,7	2,2	0,2	32/131	0,4
		Griechischermix																																				3,6	1,6	0,4	25/106	0,3
		Kürbismix																																				5,8	1,8	0,3	34/141	0,5
		Poree																																				4,3	3,0	0,5	35/144	0,4
		Mangold																																				3,3	2,5	0,3	29/122	0,3
	Möhren																																				4,8	1,0	0,2	26/108	0,4	

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Saucen & Beilagen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																		
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Proteinheiten (BE)			
Nudelsaucen		Bolognese mit Rinderhack							x							x																		2	4,7	5,1	7,6	108/452	0,4		
		Bolognese vegetarisch							x																									2	4,0	0,8	2,3	41/170	0,3		
		Champignonrahmsauce						x	x																									2	5,4	3,0	4,2	72/ 301	0,5		
		Gorgonzolasauce						x	x																									2	4,2	2,4	6,7	86/362	0,4		
		Frischkäsesauce						x	x																									2	6,6	6,8	15,3	190/799	0,6		
		Sweet-Chili-Sauce						x	x																									2	4,3	1,8	5,0	69/291	0,4		
		Käserahmsauce						x	x																									2	5,9	5,4	8,1	118/496	0,5		
		Käse-Kräutersauce						x	x																									2	5,3	5,2	7,7	111/467	0,4		
		Käserahmsauce mit Bärlauch						x	x																									2	6,1	5,0	7,0	107/449	0,5		
		Kürbissahnesauce						x	x																									2	5,8	3,6	4,4	78/326	0,5		
		Pestorahmsauce						x	x																																
		Schinken-Käserahmsauce						x	x								x																		2, 6	5,2	5,7	9,2	126/527	0,4	
		Spinat-Käsesauce						x	x																										2	5,0	4,4	5,0	83/ 349	0,4	
		Tomaten-Basilikumsauce						x																													5,9	0,9	1,0	37/155	0,5
		Tomaten-Mozzarellasauce						x	x																										2	4,4	2,5	2,2	48/202	0,4	
		Tomatensauce Arrabiata								x																									2	4,7	1,0	2,4	45/188	0,4	
		Tomatensauce Kürbis, süß-scharf									x																								2	3,8	0,9	1,3	31/128	0,3	
		Tomatensauce mit Speck und Zwiebeln															x																		2	5,4	2,0	2,1	50/208	0,5	
	Tomatensauce mit Lachs							x	x									x																2	4,3	3,1	3,0	57/238	0,4		
	Sojabolognese	x						x	x																									2	9,1	2,7	4,4	87/366	0,8		
errse Saucen		Currysauce, rot							x	x																								2	14,0	1,4	0,2	62/259	1,2		
		Currysauce Asiatisch						x	x	x																									2	10,0	3,4	6,2	109/459	0,8	
		Erbsensahnesauce						x	x																										2	9,2	4,9	3,6	89/375	0,8	
		Gemüsebrühe						x	x																												1,4	0,5	1,0	17/70	0,1
		Buttersauce						x	x																										2	2,1	0,5	4,5	51/213	0,2	
		Bratensauce															x																		2	3,7	1,2	0,4	24/101	0,3	

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Saucen & Beilagen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																			
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Proteinheiten (BE)				
Beilagen		Gemüsevollkornreis						x																												20,8	2,3	2	112/467	1,7		
		Hamburgerbrötchen	x			x																															44,3	5,7	0,8	210/880	3,7	
		Grießklößchen	x	x																																	18,6	6	5,7	151/632	1,6	
		Kartoffelbrei					x																														12,6	2,9	4,5	104/438	1,1	
	Kartoffel-Kürbispüree					x																														8,6	2,4	4,4	85/355	0,7		
	Kartoffel-Erbsenpüree					x	x																													10,2	2,8	4,6	95/397	0,8		
	Kartoffelsalat							x																												15,2	1,9	3,8	104/437	1,3		
	Kartoffelwedges TK																																				22,5	2,5	4,5	141/ 592	1,9	
	Kartoffelwedges frisch																																				16,4	2,3	3,0	104/436	1,4	
	Käsespätzle	x	x		x	x									x															2,5						22,8	6,6	4,4	159/665	1,9		
	Knöpfe	x	x																																	68,2	12,3	2,8	352/1474	5,7		
	Kräuterknöpfe	x	x																																		68,4	12,4	4,6	368/1542	5,7	
	Kräuterreis					x																															28,1	2,4	2,3	144/603	2,3	
	Mehrkornbrötchen	x			x					x																											48,3	6,3	1	231/966	4	
	Nudeln	x				x																																30,2	5,4	0,5	150/626	2,5
	Ofenkartoffel																																					15,8	2,2	1,0	84/353	1,3
	Paprikareis																																					37,6	3,8	1,2	179/749	3,1
	Kartoffelstampf					x																																6,5	2,6	4,7	80/333	0,5
	Pommes																																					22,0	3,0	3,0	118/494	1,8
	Paprika Kartoffelchen																																					17,4	2,4	1,7	97/408	1,4
	Reis																																					39,5	3,3	0,3	176/ 735	3,3
	Salzkartoffeln																																					15,5	2,1	0,1	75/313	1,3
	Serviettenknödel	x	x			x	x																															23,2	6,7	4,5	162/677	1,9
	Sesam-Ofenkartoffeln										x																											16,9	2,4	1,3	91/382	1,4
	Mehrkornbrot	x					x						x																									44,3	5,7	0,8	210/880	3,7
	Semmelklöße	x	x																																			20,9	6,5	6,5	169/707	1,7

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren aller zu deklarierenden Allergene möglich

Saucen & Beilagen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Proteinheiten (BE)	
		Spätzle	x	x																														20,9	5,9	3,4	139/581	1,7	
		Spätzle-Pilzpfanne	x	x		x	x																										2	13,4	4,9	3,8	108/452	1,1	
		Brötchen	x																															52,1	9	1,5	258/ 1094	4,3	
		Tortellini / Ravioli	x				x																											70,5	12,5	1,2	348/1455	5,9	
		Vollkornnudeln	x				x																											26,1	5,8	1,1	139/581	2,2	
		Vollkornreis																																37,0	3,6	1,1	175/ 732	3,1	
		Curryreis																																40,9	3,3	0,3	183/765	3,4	
Beilagen Trockenware/ Rohprodukte		Tomatenreis	x																															68,9	9,0	1,0	325/1361	5,7	
		Dampfkartoffeln																																	14,8	2,0	0,1	71/ 298	1,2
		Kartoffelgratin	x				x	x																											14,8	2,0	0,1	71/298	1,2
		x Pizzateig	x																																70,5	12,5	1,2	348/1455	5,9
		Pasta	x																																70,5	12,5	1,2	348/1456	5,9
		Basmatireis																																	78,9	6,5	0,5	351/ 1470	6,6
		Schwenkkartoffeln																																	15,6	2,1	0,1	75/313	1,3
Beilagen Trockenware/ Rohprodukte																																			70,5	12,5	1,2	348/1455	5,9
																																			60,6	13,4	2,5	323/1351	5,1
																																			74,1	7,2	2,2	349/1463	6,2

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Desserts, süße Saucen

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																	g pro 100g:																						
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Proteinheiten (BE)				
Pudding		Schokopudding					x																													2, 3	16,8	3,2	4	117/490	1,4	
		Karamellpudding					x																													2, 3	12,9	2,6	3,1	91/380	1,1	
		Grießpudding					x																													2, 3	13,6	3,3	3,8	103/431	1,1	
		Fruchtpudding					x	x																												2, 3	14,9	4,3	9,0	158/663	1,2	
		Panna Cotta					x																													2, 3	15,5	3,5	4,5	117/491	1,3	
		Straciatellapudding					x																													2, 3	16,4	3,3	5,7	130/545	1,4	
		Vanillepudding					x																													2, 3	14,6	3,2	4,6	114/477	1,2	
weitere Desserts		Ahornsirup																																			79,0	0,3	0,0	322/1348	6,6	
		Apfelkompott																																		3	12,1	0,2	0,2	52/219	1,0	
		Apfelmus																																			15,2	0,3	0,3	66/277	1,3	
		Birnenkompott																																		3	13,4	0,2	0,2	58/244	1,1	
		Mandarinenkompott																																		3	10,2	0,5	0,4	49/204	0,9	
		Ananaskompott																																		3	11,7	0,4	0,1	53/220	1,0	
		Quarkspeise mit Frucht					x																													3	12,4	6,4	1,3	90/376	1,0	
		Joghurtspeise mit Frucht																																		3	9,1	0,3	0,2	41/170	0,8	
		Aprikosenkompott																																			3	7,7	0,3	0,2	35/147	0,6
		Kaiserkirschen																																			3	7,4	0,4	0,1	35/144	0,6
		Fruchtauflauf					x																														11,8	6,4	2,0	94/393	1,0	
		Frucht Smoothie					x																														5,8	3,3	3,7	71/298	0,5	
		Milchshake mit Frucht					x																														8,8	2,9	3,0	75/314	0,7	
		Grundzubereitung Milchmix					x																														10,6	2,7	2,7	79/330	0,9	
		Grundzubereitung Joghurt ohne Frucht					x																														12,9	7,7	2,4	107/447	1,1	
		Grundzubereitung Quark ohne Frucht					x																														12,6	8,4	1,7	102/427	1,0	
		Heidelbeerkompott																																		3	7,8	0,4	0,3	38/161	0,6	
		Kirschgrütze																																		3	14,9	0,6	2,2	84/352	1,2	
	Kirschkompott																																		3	16,2	0,4	0,1	70/292	1,4		
	Kirschsoße																																		2, 3	14,7	0,4	0,1	69/288	1,2		

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren aller zu deklarierenden Allergene möglich

Dipps, Dressings, Pesti& Divers

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																						g pro 100g:																					
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)								
Pesti		Knoblauchpesto						x	x	x																								5,4	6,1	70,7	672/2814	0,5								
		Kräuterpesto																																	4,3	1,5	57,4	532/2227	0,4							
		Pesto Grün																																	3,3	1,3	57,7	529/2219	0,3							
		Pesto Rot																																	5,1	0,9	68,7	635/2660	0,4							
		Petersilienpesto																																	3,3	1,2	13,4	137/575	0,3							
		Basilikumpesto																																	3,0	1,7	52,3	482/2018	0,3							
		Paprikapesto																																	3,6	2,0	60,6	559/2339	0,3							
		Tomatenpesto																																	1,8	0,5	62,7	564/2362	0,2							
Dipps		Currydip									x			x																				2	7,0	7,8	3,3	92/385	0,6							
		Grüne Soße									x																									3,5	8,9	6,9	114/476	0,3						
		Hamburgersauce										x																							2	7,7	2,1	23,4	247/1035	0,6						
		Joghurt-Dip																																	2	4,6	7,8	3,9	87/365	0,4						
		Pommes Frites Soße																																		4,7	4,4	28,0	285/1194	0,4						
		Ketchup																																		24,0	2,1	0,3	110/460	2,0						
		House Dip																																		2	4,7	7,9	4,1	89/372	0,4					
		Kräuterquark																																			3,9	8,0	5,0	95/398	0,3					
		Schnittlauchquark																																			4,5	8,5	2,0	73/306	0,4					
		Mayonaise																																			2	1,5	82,5	743/3112	0,2					
		Remoulade																																				5,8	2,1	31,6	313/1310	0,5				
		Sour Cream																																		2	4,7	7,2	3,9	85/356	0,4					
		Sweet Chili / Barbecue Dip																																			9,0	0,9	0,4	45/189	0,7					
		Schmand Dip																																			2	8,4	1,2	1,2	50/210	0,7				
	Tzatziki																																			2	4,5	7,5	3,9	85/356	0,4					
	Cocktail Dip																																				5,1	6,5	25,9	278/1164	0,4					
Dressings		Salatdressing Joghurt/Saure Sahne																																							12,5	3,1	6,1	120/500	1,0	
		Salatdressing Essig/Oel																																									2,4	0,7	35,1	324/1358

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Dipps, Dressings, Pesti& Divers

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																							g pro 100g:														
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)		
Dressings		Schmand-Kräuter-Dressing					x																												6,8	3,4	3,8	78/ 325	0,6	
		French Dressing					x		x																										2	8,6	2,3	21,0	232/971	0,7
		Balsamico Dressing								x																										4,5	0,5	54,5	503/2106	0,4
Molkereiprodukte		Käse gerieben					x																													0	25,5	29,2	365/ 1527	0
		Hartkäse gerieben					x																													0	32,3	34,9	440/ 1842	0
		Milch H					x																													4,8	3,3	3,5	64/ 269	0,4
		Joghurt natur					x																													4,0	3,3	3,8	66/ 275	0,3
		Quark natur					x																													4,8	3,3	3,5	64/ 269	0,4
		Dickmilch					x																													4,0	13,5	0,2	75/ 315	0,3
Diverses		Eier, gekocht			x																															0,7	12,9	11,2	154/646	0,1
		Salz																																		0	0	0	0/0	0
		Mohn-Zucker																																		75,1	5,3	11,0	424/1772	6,3
		Olivenoel																																		0,2	0,2	99,6	881/3689	0,02
		Rohrohrzucker																																		98,1	0,1	0	400/1667	8,2
		Sonnenblumeoel																																		0	0	99,8	882/3693	0
	Zimt und Zucker																																		98,1	0,1	0	400/1667	8,2	

durch die handwerkliche Produktion sind Spuren
aller zu deklarierenden Allergene möglich

Pizza, Snak

Produktgruppe	Notizen	Produkt	enthält:																				g pro 100g:																	
			Gluten	Krebstiere	Eier	Erdnüsse	Soja	Milch	Schalenfrüchte	Sellerie	Senf	Sesam	Schwefeldioxid	Weichtiere	Lupine	Rind	Schwein	Geflügel	Fisch	Alkohol	Farbstoff	Konservierungsstoff	Antioxidationsmittel	geschwefelt	geschwärzt	gewachst	Phosphat	Süßungsmittel	Phenylalaninquelle	Chinin	Koffein	Taurin	Sonstiges	Kohlenhydrate	Eiweiß	Fett	kcal/ kJ	Broteinheiten (BE)		
		Pizzaboden	x																																46,5	6,8	8,3	290/1215	3,9	
		Pizza Belag Veggie								x							x																		3,1	11,2	9,7	144/605	0,3	
		Pizza Sauce																																	3,6	0,7	0,4	22/91	0,3	
Pizza-Varianten		Pizza Bolognese	x				x		x						x																			2	27,4	9,3	11,9	256/1220	2,3	
		Pizza Hawaii	x				x									x																		6	21,4	9,9	13,5	249/1045	1,8	
		Pizza Margherita	x				x																													20,0	7,7	9,3	198/828	1,7
		Pizza Salami	x				x		x						x																					19,5	11,7	12,9	244/1018	1,7
		Pizza Schinken	x				x									x																			6	14,4	12,3	15,2	242/1015	1,2
		Pizza Thunfisch	x				x											x																			13,7	11,6	10,5	195/818
		Zwiebelkuchen					x																													5,8	2,3	7,7	0,2	0,5
		Flammkuchen	x	x			x									x																								