

## Wochenspeiseplan für Evangelisches Gymnasium 11 7 Woche

Das Kulinario Team wünscht "guten Appetit" und eine erholsame Pause!

Montag			
Tagessuppe	Gemüsecremesuppe (A,F,L)	79 2 g 6 g 4 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	Gebackene Hühnerfiletspitzen (A,C), Ketchup, Reis, Salat vom Buffet, Obstkorb	1274 25 g 98 g 77 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Erdäpfeltascherl mit Frischkäse/Broccoli (G), Joghurt-Kräuterdip (G), Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	308 8 g 15 g 33 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Dienstag			
Tagessuppe	Knoblauchcremesuppe (A,G,L)	122 2 g 9 g 9 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	Salamipizza (A,F,G), Ketchup, Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	657 35 g 26 g 70 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	VK-Spaghetti mit Gemüsesugo (A,L), Parmesan (C,G), Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	452 18 g 10 g 74 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Mittwoch			
Tagessuppe	Petersiliencremesuppe (A,G,L)	77 1 g 6 g 5 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	gegrillte Lachsschnitte (D), Kräutersauce (G,L), Basmatireis, Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	556 30 g 23 g 57 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Cannelloni mit Broccolifülle (A,C,G), Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	467 20 g 15 g 64 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Donnerstag			
Tagessuppe	Karfiolcremesuppe (A,G,L)	75 3 g 5 g 6 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	Hühnernaturschnitzel (C,G), Hörnchen (A,C), Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	404 36 g 9 g 43 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Bunte Reispfanne vegetarisch (N), Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	342 9 g 12 g 48 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Freitag			
Tagessuppe	Kürbiscremesuppe (A,G,L)	148 2 g 11 g 9 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1	Gnocchi (A,C), Käsesauce (A,C,G,L), Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	529 14 g 16 g 82 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Mini-Frühlingsrollen (A,F,N), Barbecue - Dip "süß-sauer" (A,F), Reis, Salat vom Buffet (C,G,M,O), Obstkorb	350 7 g 10 g 74 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

### Deklarationspflichtige Zusatzstoffe und Allergeninformation gemäß Codexempfehlung

1 = Aspartam, A = glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Ei, D = Fisch, E = Erdnuss, F = Soja, G = Milch oder Laktose, H = Schalenfrüchte, L = Sellerie, M = Senf, N = Sesam, O = Sulfite, P = Lupinen, R = Weichtiere