

Wochenspeiseplan für Evangelisches Gymnasium 11 für Woche 3

Das Kulinario Team wünscht guten Appetit und eine erholsame Pause!

Montag			
Tagessuppe	Buchstabensuppe (A,L)	68 3 g 1 g 12 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1  	Faschierter Braten (Kalb/Rind) (A,C), Bratensauce (G,L), Erdäpfelpüree (G), Karotten "Rustica" (L), Salat vom Buffet, Obstkorb	428 25 g 16 g 45 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Erdäpfelgulasch vegetarisch (A,G,L,O), Kornweckerl (A,F,N), Salat vom Buffet, Obstkorb	294 9 g 4 g 55 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Dienstag			
Tagessuppe	Lauchcremesuppe (G)	80 0 g 4 g 9 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	Gebackenes Putenschnitzel (A,C), Zitronenspalte, Basmatireis, Fisolen, Salat vom Buffet, Obstkorb	447 27 g 10 g 62 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Erdnusscurry (E), Bulgur mit Lauchstreifen (A,G), Salat vom Buffet, Obstkorb	336 10 g 21 g 27 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Mittwoch			
Tagessuppe	Petersilcremesuppe (A,F,L)	84 2 g 6 g 5 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1	Zwetschkenknödel (A,C,G,H), Salat vom Buffet, Obstkorb	313 5 g 10 g 47 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Pizza Margherita (A,G), Salat vom Buffet, Obstkorb	486 22 g 14 g 67 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Donnerstag			
Tagessuppe	Eiermuschelsuppe (A,C,L)	66 2 g 1 g 12 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	Spaghetti Carbonara (A,C,G,L), Salat vom Buffet, Obstkorb	512 20 g 15 g 73 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2  	Vegetarische Gyrospfanne (A,F,L), Reis, Salat vom Buffet, Obstkorb	319 12 g 8 g 49 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Freitag			
Tagessuppe	Klare Suppe mit Profiteroles (A,C,L)	39 1 g 2 g 4 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 1 	Seehechtfilet "Müllerin" (A,D), Zitronenspalte, Dillkartoffeln (G), Salat vom Buffet, Obstkorb	396 28 g 15 g 35 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Gebratener Reis mit Chinagemüse (C,F,N), Salat vom Buffet, Obstkorb	329 13 g 8 g 52 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

Änderungen am Speiseplan vorbehalten. 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

Wochenspeiseplan für Evangelisches Gymnasium 11 für Woche 3

Das Kulinarrio Team wünscht guten Appetit und eine erholsame Pause!

GUT ZU WISSEN!

WIR VERWENDEN FOLGENDE PRODUKTE AUS ÖSTERREICH:

Rind: Österreich, 99%
Schwein: Österreich, 97%
Geflügel: Österreich, 90%
Kalb: Österreich, 43%
Flüssigei: Bodenhaltung, Österreich
Milch und alle Milchprodukte: Österreich, 88%

GUT ZU WISSEN!

WIR VERWENDEN FOLGENDE PRODUKTE:

Rind: EU, 1%
Schwein: EU, 3%
Geflügel: EU, 10%
Kalb: EU, 57%
Frischeier: EU, Bodenhaltung, Freilandhaltung
Milch und alle Milchprodukte: EU, 12%

Fleisch: Österreich = 3 x AT (geboren/gemästet/geschlachtet)
Wild: in Österreich geschossen oder aus dem Wildgatter entnommen
Milch: Österreich = 2 x AT (gemolken/verarbeitet)

Änderungen am Speiseplan vorbehalten. 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

 100% pflanzlich  enthält Alkohol  Fisch  Geflügel  Knoblauch  Lamm  Meeresfrüchte
 Rind/Kalb  Schwein  Wild / Symbole kennzeichnen ausschließlich das Hauptgericht