



# DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gaspasse, Expos. d.  
GTVS Friedrichplatz

WWF und GOURMET  
setzen sich für  
klimafreundliche  
Ernährung ein.



25  
Jahre  
Bio



Woche 2  
09.01. - 13.01.2023

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten

## Montag



Tagesmenü 1

### BIO-Linguine A

- BIO-Sauce Bolognese vom Rind A,L
- BIO-Karottensalat
- Sonnenblumenkerne
- BIO-Zitronenkuchen A,C



Tagesmenü 3 - vegetarisch

### BIO-Polentaherzen

- BIO-Rahmfisolen A,G
- BIO-Zitronenkuchen A,C

## Dienstag



Tagesmenü 1

- BIO-Gemüsebouillon L
- Vollkorn-Sternchen A
- Kabeljaufilet geb.** A,D
- BIO-Petersilkartoffeln
- dazu Gärtner Mix Salat
- Joghurtkräuterdressing C,G,M



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Gemüsebouillon L
- Vollkorn-Sternchen A
- BIO-Penne** A
- BIO-Frischkäsesauce A,G
- dazu Gärtner Mix Salat
- BIO-Essig-Öl-Dressing

## Mittwoch



Tagesmenü 1

- BIO-Gemüsebouillon L
- BIO-Suppendeln A
- Hühnerbrüstchen gebraten im Natursaft**
- Erdäpfelknödel A,C
- Rotkraut



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Gemüsebouillon L
- BIO-Suppendeln A
- BIO-Eiernockerl** A,C,G
- BIO-Roter Rübensalat

## Donnerstag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Faschierter Braten** A,C,G
- BIO-Kartoffelpüree G
- BIO-Fitgemüse G
- BIO-Orange



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Gemüse-Palatschinken gefüllt** A,C,F,G
- Tomatenragout
- BIO-Orange

## Freitag



Tagesmenü 4

- BIO-Erbensuppe A,G
- BIO-Topfenknödel mit Butter-Bröseln** A,C,G
- Beerenröster

Alle unsere Fische stammen aus einer MSC-zertifizierten, nachhaltigen Fischerei. [www.msc.org/at](http://www.msc.org/at); MSC-C-51742.



### Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung

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

[www.gourmet-kids.at](http://www.gourmet-kids.at)

50 % BIO-Anteil



laktosefrei

vegetarisch

schweinefleischfrei

Das Angebot ist von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) zertifiziert und entspricht den Vorgaben einer ausgewogenen Mittagsverpflegung.

