



# DEIN SPEISEPLAN

WWF und GOURMET setzen sich für klimafreundliche Ernährung ein.



## Woche 3

15.01. - 19.01.2024

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten

### Montag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**Gemüestrudel** A,C,G,L

BIO-Salzkartoffeln

Chinakohlsalat

American Dressing C,G,M

Vanillepudding G

### Dienstag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Gemüsebouillon L

mit Vollkornfrittaten C,G

**Penne Primavera** A,C

dazu Gärtner Mix Salat

Sonnenblumenkerne

Joghurtkräuter dressing C,G,M

### Mittwoch



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

**BIO-Spiralen** A

Sauce Bolognese Soja A,F,L

und Hartkäse gerieben C,G

dazu Eisbergsalat

Joghurtkräuter dressing C,G,M

BIO-Briochekipferl A,C,G

### Donnerstag



Tagesmenü 1

BIO-Gemüsebouillon L

BIO-Fantasienudeln A

**Hühnerschnitzel geb.** A,C,G

BIO-Reis

Kartoffelsalat

### Freitag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

**BIO-Chicken Wings** A,F

Potato Wedges

BIO-Fitgemüse G

Schnittlauch-Dip C,G,M

Vollkorn- Dinkelkuchen mit Schokoglasur

A,C,F,G



Tagesmenü 4

**BIO-Faschierter Braten** A,C,G

BIO-Kartoffelpüree G

BIO-Erbsen-Karotten-gemüse natur

Vanillepudding G



Jause 1

Ciabatta A

Eiaufstrich C,M

Cocktailtomaten



Jause 2

Karottenbrot A,F

BIO-Butter G

Birne



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Gemüsebouillon L

BIO-Fantasienudeln A

**BIO-Semmellaibchen** A,C,G

Kräuterkartoffeln

Rotkraut



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**Vollkornspaghetti** A

BIO-Kräuterrahmsauce A,G

dazu Sport Mix Salat

BIO-Essig-Öl-Dressing

Vollkorn- Dinkelkuchen mit Schokoglasur

A,C,F,G



Jause 1

Mischbrot A

Putenstreichwurst

gelber Paprika



Glutenfreie Jause

Weißbrot glutenfrei F

Tom.-Basilikumaufstr. F

Banane



Glutenfreie Jause

Weißbrot glutenfrei F

Polnische

Birne



Jause 1

BIO-Kornspitz A,F

Putencabanossi

roter Paprika



Jause 1

BIO-Vollkornbrot A

BIO-Butter G

BIO-Äpfel

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  
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

50 % BIO-Anteil



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

laktosefrei

vegetarisch

schweinefleischfrei

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

# DEIN SPEISEPLAN



WWF und GOURMET setzen sich für klimafreundliche Ernährung ein.



Woche 3  
15.01. - 19.01.2024

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten

## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

## Freitag



### Jause 2

- Mischbrot A
- Kräutergervais G
- gelber Paprika



### Glutenfreie Jause

- Weißbrot glutenfrei F
- Putenstreichwurst
- Kiwi



### Jause 2

- BIO-Kornspitz A,F
- BIO-Hummus natur
- roter Paprika



### Glutenfreie Jause

- Weißbrot glutenfrei F
- Putencabanossi
- Mandarine



### Glutenfreie Jause

- Weißbrot glutenfrei F
- Butterkäse G
- BIO-Äpfel

laktosefrei

vegetarisch

schweinefleischfrei

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

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

