



# DEIN SPEISEPLAN

WWF und GOURMET setzen sich für klimafreundliche Ernährung ein.



## Woche 8

19.02. - 23.02.2024

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten

### Montag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

**BIO-Rinds-Geschnetzeltes** A,G,L

Pommelinos

Chinakohlsalat

BIO-Essig-Öl-Dressing

Gemischtes Kompott

### Dienstag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Gemüsebouillon L

Kräutertropfteig A,C

**BIO-Grießkoch** A,G

Kakaozucker F

### Mittwoch



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

**Zucchini-Kartoffel-Auflauf** C,G

Bohnensalat

BIO-Fruchtjoghurt G

### Donnerstag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**BIO-Gemüselasagne** A,G,L

dazu Gärtner Mix Salat

BIO-Essig-Öl-Dressing

BIO-Banane

### Freitag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Gemüsebouillon L

mit Vollkornfrittaten C,G

**BIO-Spaghetti** A

Linsensugo A,C,G,L

dazu Sport Mix Salat

Joghurtkräuterdressing C,G,M



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**BIO-Fisolengulasch** A

BIO-Sonnenblumen-weckerl A

Gemischtes Kompott



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**Gebackenes Gemüse** A,C,G

BIO-Petersilkartoffeln

Joghurt-Kräutersauce C,G,M

BIO-Fruchtjoghurt G



Tagesmenü 4

**BIO-Rindfleisch-bällchen** A,C,M

BIO-Salzkartoffeln

BIO-Mexikanisches Mischgemüse

BIO-Banane

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  
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

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

50 % BIO-Anteil

