



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



Woche 10

02.03. - 06.03.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

Montag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Bunte Bulgurpfanne A
Chinakohlsalat
Joghurtkräuterdressing C,G,M
BIO-Äpfel



Tagesmenü 4

BIO-Faschierter Braten A,C,G
BIO-Kartoffelpüree G
BIO-Sonnengemüse
BIO-Äpfel



Glutenfreies Menü

Hühnercurry mit Basmatireis M
BIO-Äpfel

Dienstag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Gemüsebouillon L
Kräutertropfteig A,C
Gnocchetti mit Lachsstücken in Spinatsauce A,C,D,G
dazu Grüner Salat
BIO-Essig-Öl-Dressing
Sonnenblumenkerne



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Gemüsebouillon L
Kräutertropfteig A,C
BIO-Gemüselasagne A,G,L
dazu Grüner Salat
BIO-Essig-Öl-Dressing
Sonnenblumenkerne



Glutenfreies Menü

Klare Selleriesuppe L
Alaska- Seelachswürfel in Dillsauce mit Salzerdäpfeln D,F,G
dazu Grüner Salat
mit klarer Marinade M

Mittwoch



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Rinds-Geschnetzeltes A,G,L
Pommelinosen
dazu Gärtner Mix Salat
BIO-Essig-Öl-Dressing
Frischer Fruchtsalat



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Falafel C
BIO-Reis
BIO-Mais G
Tsatsiki G
Frischer Fruchtsalat



Glutenfreies Menü

Erdäpfel- Broccoliauflauf mit Kräutersauce C,G
dazu Gärtner Mix-Salat
mit klarer Marinade M
Kiwi

Donnerstag



Tagesmenü 1

BIO-Chicken Wings A,F
Potato Wedges
Broccoli natur
BIO-Banane



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Spinatknödel A,C,G
BIO-Salzkartoffeln
BIO-Gemüseallerlei G
BIO-Banane



Glutenfreies Menü

Hascheespiralen L
dazu Eisbergsalat
mit klarer Marinade M
Banane

Freitag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Gemüsebouillon L
Grießknödel A,C
BIO-Kichererbsen-Eintopf A
Vollkorn Couscous A



Glutenfreies Menü

Gemüsecremesuppe G,L
Marillenpalatschinken mit Birnenkompott C,G



Laktosefreies Menü

Linsen- Gemüseintopf mit Bratkartoffeln L,M
Birne

Voll viel Österreich! Mehr dazu auf: www.gourmet-kids.at/wir-kochen/regional

„50 % BIO-Anteil!“

www.gourmet-kids.at



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

Das gesamte BIO-Sortiment wird durch die Austria-BIO-Garantie AT-BIO-301 geprüft.



Unser Speisenangebot ist von der österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) zertifiziert und unsere Fische stammen aus einer MSC-zertifizierten, nachhaltigen Fischerei. www.msc.org/at; MSC-C-51742



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



Woche 10

02.03. - 06.03.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

laktosefrei
vegetarisch
schweinefleischfrei

Montag



Laktosefreies Menü
Confettisuppe L
Mohnnudeln mit Apfelmus A,C

Dienstag



Laktosefreies Menü
Letschogemüse mit Reis
Mandarine

Mittwoch



Laktosefreies Menü
Gemüsesuppe mit Grießnockerl A,C,L
Seelachsfilet in Tomaten-
Basilikumsauce mit grünen
Bandnudeln A,D
dazu Gärtner Mix-Salat
mit klarer Marinade M

Donnerstag



Laktosefreies Menü
Faschierter Braten vom Rind mit
Püree C,G,L
dazu Eisbergsalat
mit klarer Marinade M
Banane

Freitag



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

Voll viel Österreich! Mehr dazu auf: www.gourmet-kids.at/wir-kochen/regional

„50 % BIO-Anteil!“

www.gourmet-kids.at



Das gesamte BIO-Sortiment wird durch die Austria-BIO-Garantie AT-BIO-301 geprüft.