



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



Woche 8

16.02. - 20.02.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

laktosefrei
vegetarisch
schweinefleischfrei

Montag



Tagesmenü 4

Blümchensuppe A,C,L
BIO-Eiernockerl A,C,G
Chinakohlsalat
BIO-Essig-Öl-Dressing



Glutenfreies Menü

Rindfleischbällchen in Obersauce mit Kartoffeln C,G
dazu Chinakohlsalat
mit klarer Marinade M
Birne



Laktosefreies Menü

Confettisuppe L
Reisaufguss mit Apfelkompott C,G

Dienstag



Tagesmenü 1

BIO-Pizza Margherita A,G
dazu Sport Mix Salat
Joghurtkräuterdressing C,G,M
Krapfen A,C,G



Glutenfreies Menü

Gemüsecremesuppe G,L
Kaiserschmarren mit Zwetschenröster C,G



Laktosefreies Menü

Spaghetti mit Sauce Bolognese L
dazu Sport Mix-Salat
mit klarer Marinade M
Kiwi

Mittwoch



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

Fischfilets geb. A,C,D,G
BIO-Reis
dazu Eisbergsalat
Joghurtkräuterdressing C,G,M
BIO-Banane



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Vollkornspiralen A
Sigris Sonnenblumen-Soja-Sugo A,F,L
dazu Eisbergsalat
BIO-Essig-Öl-Dressing
BIO-Banane



Glutenfreies Menü

Kichererbseneintopf mit Jasminreis
BIO-Apfel



Laktosefreies Menü

Gemüsesuppe mit Grießnockerl A,C,L
Backfisch mit Petersilerdäpfeln D
dazu Eisbergsalat
mit klarer Marinade M

Donnerstag



Tagesmenü 4

BIO-Gemüsebouillon L
Teigmuscheln A
Nougat-Palatschinken A,C,F,G,H
BIO-Milch G



Glutenfreies Menü

Mini-Penne mit Tomatenragout
dazu Sport Mix-Salat
mit klarer Marinade M
Banane



Laktosefreies Menü

Cevapcici vom Huhn mit Erdäpfelpüree und buntem Gemüse A,C,G,M
Banane

Freitag



Tagesmenü 1

Wikinger-Power-Bällchen A,C,G,M
BIO-Hörnchen A
BIO-Erbesen-Karotten-gemüse natur
BIO-Fruchtjoghurt G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Penne Primavera A,C
Chinakohlsalat
Joghurtkräuterdressing C,G,M
BIO-Fruchtjoghurt G



Glutenfreies Menü

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



Laktosefreies Menü

Polentaherzen mit Gemüseallerlei G
Mandarine

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.

