



# DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,  
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich  
und GOURMET  
setzen sich für  
klimafreundliche  
Ernährung ein.



## Woche 11

09.03. - 13.03.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

### Montag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

Broccolicremesuppe A,G  
mit Croutons natur A  
**BIO-Milchreis** G  
Kakaozucker F

### Dienstag



Tagesmenü 1

**Vollkornmakkaroni** A  
BIO-Wiener-Tomatensauce A  
und Hartkäse gerieben C,G  
dazu Gärtner Mix Salat  
BIO-Essig-Öl-Dressing  
Vanillepudding G

### Mittwoch



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

**Putenbratwürstel** G  
Grillkartoffeln  
BIO-Mischgemüse "Mexiko-Style"  
Joghurt-Kräutersauce C,G,M  
BIO-Banane

### Donnerstag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**Planted Knusperfilet** A,L  
BIO-Kartoffelpüree G  
Omas Gartengemüse  
BIO-Äpfel

### Freitag



Tagesmenü 1

**Polpetti in Tomatensauce** A,C,M  
BIO-Reis  
dazu Sport Mix Salat  
BIO-Essig-Öl-Dressing  
BIO-Naturjoghurt G  
mit Erdbeer-Pfirsichmark

laktosefrei

vegetarisch

schweinefleischfrei



Glutenfreies Menü

Confettisuppe L  
**MSC- Wildlachsstücke in Rahmsauce  
mit Salzerdäpfeln** D,G  
dazu Chinakohlsalat  
mit klarer Marinade M



Glutenfreies Menü

**Chili con Carne mit Reis**  
Birne



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**Mini-Nudeltaschen in Tomatensauce**  
A,G,L  
dazu Eisbergsalat  
Joghurtkräuter dressing C,G,M  
BIO-Banane



Tagesmenü 4

**Hühnerkebab** G  
Jasminreis  
Tsatsiki G  
Bohnensalat  
BIO-Äpfel



Tagesmenü 3 - vegetarisch

**Tomaten-Basilikumrisotto** G  
dazu Sport Mix Salat  
BIO-Essig-Öl-Dressing  
BIO-Naturjoghurt G  
mit Erdbeer-Pfirsichmark



Laktosefreies Menü

**Gemüsepaella mit Paradeisragout**  
BIO-Äpfel



Laktosefreies Menü

Klare Selleriesuppe L  
**Topfen-Hirseauflauf mit Himbeermus**  
C,G



Glutenfreies Menü

Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe G  
**Milchreis mit Beerenröster** G



Glutenfreies Menü

**Cremespinat mit Röstlingen** G  
Kiwi



Glutenfreies Menü

**Putenschinkennudeln**  
dazu Sport Mix-Salat  
mit klarer Marinade M  
Birne



Laktosefreies Menü

**Erdäpfel- Broccoliauflauf mit  
Kräutersauce** C,G  
dazu Eisbergsalat  
mit klarer Marinade M  
Banane



Laktosefreies Menü

**Hühnercurry mit Basmatireis** M  
Kiwi



Laktosefreies Menü

Rindsuppe mit Buchstaben A  
**Backfisch mit Petersilerdäpfeln** D  
dazu Sport Mix-Salat  
mit klarer Marinade M

Voll viel Österreich! Mehr dazu auf: [www.gourmet-kids.at/wir-kochen/regional](http://www.gourmet-kids.at/wir-kochen/regional)

„50 % BIO-Anteil!“



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)



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

Unser Speiseangebot ist von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) zertifiziert und unsere Fische stammen aus einer MSC-zertifizierten Fischerei. [www.msc.org/at](http://www.msc.org/at) MSC-C-51742