



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



Woche 13

23.03. - 27.03.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

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

laktosefrei
vegetarisch
schweinefleischfrei

Montag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Muschelnudeln A**
- BIO-Tomaten-Obersauce A,G
und Hartkäse gerieben C,G
- Chinakohlsalat
- Joghurtkräuterdressing C,G,M
- BIO-Apfel



Tagesmenü 4

- Fleischbällchen vom Huhn A,C,M**
- BIO-Kartoffelgratin C,G
- Broccoli natur
- BIO-Apfel



Glutenfreies Menü

- Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe G
- Reisaufbau mit Apfelkompott C,G**



Laktosefreies Menü

- Reisfleisch vom Huhn**
- dazu Chinakohlsalat
mit klarer Marinade M
- BIO-Apfel

Dienstag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- Gemüsestrudel A,C,G,L**
- BIO-Salzkartoffeln
- Joghurt-Kräutersauce C,G,M
- BIO-Banane



Tagesmenü 4

- Fischfilets geb. A,C,D,G**
- BIO-Reis
- BIO-Currygemüse gebunden A,F,M
- BIO-Banane



Glutenfreies Menü

- Faschierter Braten vom Rind mit Püree C,G,L**
- dazu Gärtner Mix-Salat
mit klarer Marinade M
- Banane



Laktosefreies Menü

- Penne Primavera A,C**
- dazu Gärtner Mix-Salat
mit klarer Marinade M
- Banane

Mittwoch



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Erdäpfelsuppe A,G
- Flaumige Erdbeer-Fruchtknödel A,C,G**
- BIO-Milch G



Glutenfreies Menü

- Confettisuppe L
- Spiralen in Spinat-Lachssauce C,D,G**
- dazu Grüner Salat
mit klarer Marinade M



Laktosefreies Menü

- Kichererbseneintopf mit Jasminreis Kiwi**

Donnerstag



Tagesmenü 1

- BIO-Hühnerschnitzel von der Keule A,C,G**
- BIO-Risipisi
- dazu Eisbergsalat
- Joghurtkräuterdressing C,G,M
- Osterpinze A,C,G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- Asia-Nudeln mit Gemüse A,F**
- dazu Eisbergsalat
- BIO-Essig-Öl-Dressing
- Osterpinze A,C,G



Glutenfreies Menü

- Röstinchen mit Ratatouille**
- BIO-Apfel



Laktosefreies Menü

- Gemüsesuppe mit Kräutertropfteig A,C
- MSC-Goldhirse- Fischli mit Petersilerdäpfeln und Feinschmeckergemüse A,C,D,M**

Freitag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

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



Glutenfreies Menü

- Spaghetti mit Sauce Bolognese L**
- dazu Sport Mix-Salat
mit Joghurt dressing G,M
- Birne



Laktosefreies Menü

- Klare Selleriesuppe L
- Kaiserschmarren mit Zwetschkenröster C,G**

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.