



# DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,  
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich  
und GOURMET  
setzen sich für  
klimafreundliche  
Ernährung ein.



## Woche 19

04.05. - 08.05.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

### Montag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Rindfleisch-Bulgurlaibchen** A,C,M
- BIO-Cremepolenta G
- Chinakohlsalat
- Joghurtkräuter dressing C,G,M
- Vanillepudding G

### Dienstag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Erdäpfelsuppe A,G
- Veggie Cevapcici** M
- BIO-Reis
- Letschogemüse

### Mittwoch



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- Tofu-Lasagne** A,F,G,L
- dazu Sport Mix Salat
- American Dressing C,G,M
- Sonnenblumenkerne
- Dinkel-Vollkornkuchen mit Rhabarber A,C,G

### Donnerstag



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Gemüsebouillon L
- Soja-Lauch Semmelknöderl A,C,F,G
- Zartweizenrisotto** A,C,G
- dazu Grüner Salat
- BIO-Essig-Öl-Dressing

### Freitag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Rindgulasch** A
- BIO-Salzkartoffeln
- Kiwi



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Spaghetti** A
- BIO-Gemüsebolognese A,L
- und Hartkäse gerieben C,G
- Vanillepudding G



Tagesmenü 4

- Chicken Tempura** A
- BIO-Risipisi
- Süß-Sauer Sauce
- dazu Sport Mix Salat
- BIO-Essig-Öl-Dressing
- Dinkel-Vollkornkuchen mit Rhabarber A,C,G



Tagesmenü 4

- BIO-Gemüsebouillon L
- Soja-Lauch Semmelknöderl A,C,F,G
- Knusper-Backfisch** D
- BIO-Stampf-kartoffelpüree G
- BIO-Fitgemüse G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- BIO-Penne** A
- Pesto alla Genovese C,G
- Tomatenspalten
- BIO-Essig-Öl-Dressing
- Kiwi



Glutenfreies Menü

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



Glutenfreies Menü

- Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe G
- Milchreis mit Beerenröster** G



Glutenfreies Menü

- Cremespinat mit Röstinchen** G
- Birne



Glutenfreies Menü

- Putenschinkennudeln**
- dazu Eisbergsalat
- mit klarer Marinade M
- Banane

schweinefleischfrei  
vegetarisch  
laktosefrei

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

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

„50 % BIO-Anteil!“

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



Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung

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



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



# DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gsgasse,  
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich  
und GOURMET  
setzen sich für  
klimafreundliche  
Ernährung ein.



## Woche 19

04.05. - 08.05.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

### Montag



Laktosefreies Menü

**Gemüsepaella mit Paradeisragout**  
BIO-Apfel

### Dienstag

### Mittwoch



Laktosefreies Menü

**Erdäpfel- Broccoliauflauf mit  
Kräutersauce** C,G  
dazu Sport Mix-Salat  
mit klarer Marinade M  
Banane

### Donnerstag



Laktosefreies Menü

**Hühnercurry mit Basmatireis** M  
Birne

### Freitag



Laktosefreies Menü

Rindsuppe mit Buchstaben A  
**Backfisch mit Petersilerdäpfeln** D  
dazu Eisbergsalat  
mit klarer Marinade M

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

schweinefleischfrei  
vegetarisch  
laktosefrei

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

„50 % BIO-Anteil!“

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



Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung

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



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