

Unser Speisangebot 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



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



Woche 40

28.09. - 02.10.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

laktosefrei
vegetarisch
schweinefleischfrei

Montag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Spiralen tricolore A
- Puten-Carbonarasauce A,C,G
- Chinakohlsalat
- Joghurtkräuter dressing C,G,M
- Schokopudding G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- Geröstete Knödel A,C,G
- Chinakohlsalat
- Joghurtkräuter dressing C,G,M
- Schokopudding G



Glutenfreies Menü

- Confettisuppe L
- Topfen-Hirseauflauf mit Himbeermus C,G



Laktosefreies Menü

- Kichererbseneintopf mit Jasminreis
- BIO-Äpfel

Dienstag



Tagesmenü 1

- Sterntaler Suppe A,C,L
- Vollkornspaghetti A
- Linsensugo A,C,G,L
- dazu Sport Mix Salat
- BIO-Essig-Öl-Dressing



Glutenfreies Menü

- Tomaten-Basilikumrisotto G
- dazu Sport Mix-Salat
- mit klarer Marinade M
- Birne



Laktosefreies Menü

- Klare Sellerie Suppe L
- Apfelstrudel mit milchfreier Vanillesc. A,F

Mittwoch



Tagesmenü 1

- BIO-Hühnerruggets A,C,G
- BIO-Petersilkartoffeln
- Bäumchengemüse
- Schnittlauch-Dip C,G,M
- Vollkorn-Ameisenkuchen A,C,F,G
- mit BIO-Schulmilch G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

- Kärntner Kasnudeln A,G
- dazu Gärtner Mix Salat
- Joghurtkräuter dressing C,G,M
- Vollkorn-Ameisenkuchen A,C,F,G
- mit BIO-Schulmilch G



Glutenfreies Menü

- Mühlviertler Erdäpfelrahmsuppe G
- Spiralen in Spinat-Lachssauce C,D,G
- dazu Gärtner Mix-Salat
- mit Joghurt dressing G,M



Laktosefreies Menü

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

Donnerstag



Tagesmenü 1

- BIO-Gemüsebouillon L
- Vollkorn-Sternchen A
- BIO-Erdäpfelgulasch vegetarisch A
- BIO-Semmel A



Glutenfreies Menü

- Röstlinchen mit Ratatouille
- Kiwi



Laktosefreies Menü

- Wikinger- Powerbällchen in
- Obersauce mit Kartoffeln C,G
- dazu Grüner Salat
- mit klarer Marinade M
- Kiwi

Freitag



Tagesmenü 1

- Tortellini in Tomatensauce A,C,G
- und Hartkäse gerieben C,G
- dazu Eisbergsalat
- Joghurtkräuter dressing C,G,M
- Sonnenblumenkerne
- BIO-Mürbe Schnecke A,G



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

- BIO-Chicken-Sticks A,C,M
- BIO-Kartoffelpüree G
- Gemüsemix "Vier Jahreszeiten" F
- BIO-Mürbe Schnecke A,G



Glutenfreies Menü

- Hühnerbrust mit Sonnengemüse und
- Reis L
- Banane



Laktosefreies Menü

- Rindsuppe mit Buchstaben A
- MSC-Goldhirse- Fischli mit
- Petersilerdäpfeln u.
- Feinschmeckergemüse A,S,D,M



Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung

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

P = Lupinen
R = Weichtiere

www.gourmet-kids.at

„50 % BIO-Anteil!“



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