

# Speiseplan OGS Reichsgrafenstraße 13.01. - 17.01.



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

## Menü 1



23577 Vegetarische Bolognese  
23847 Spaghetti aus  
Hartweizengrieß  
EZ Salat / Rohkost \*  
EZ0061 Dessert \*

2114kj / 502kcal, Fett 14,5g,  
gesättigte Fettsäuren 4,8g, Kohlenhydrate  
69,2g, Zucker 15,4g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß  
20,5g, Salz 2,23g

G, G1, G3, S



32427 Paniertes  
Putenschnitzel  
32811 Kräuterkartoffeln  
EZ Salat / Rohkost \*  
EZ0061 Dessert \*

2132kj / 509kcal, Fett 23,1g,  
gesättigte Fettsäuren 5,4g, Kohlenhydrate  
51,2g, Zucker 8,8g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß  
20,5g, Salz 1,95g



G, G1



23611 Vegetarische  
Linsensuppe  
23637 Gemüsesuppe mit  
Muschelnudeln  
B210201 Brötchen  
EZ Salat / Rohkost \*  
EZ0061 Dessert \*

2931kj / 699kcal, Fett 21,9g,  
gesättigte Fettsäuren 5,3g, Kohlenhydrate  
95,6g, Zucker 16,5g, Ballaststoffe 12,6g,  
Eiweiß 22,9g, Salz 6,29g

G, G1, G2, G3, S



32769 Kartoffel-Quark-Ecke  
32721 Bio Gemüse-Mix  
"Ampel" "Natur"  
EZ Salat / Rohkost \*  
EZ0061 Dessert \*

1584kj / 377kcal, Fett 12,4g,  
gesättigte Fettsäuren 4,7g, Kohlenhydrate  
48,2g, Zucker 14,0g, Ballaststoffe 9,3g, Eiweiß  
13,2g, Salz 1,22g

Ei, M, Me, La



23303 Reismudel-Gemüse-  
Pfanne; "vegetarisch"  
EZ Salat / Rohkost \*  
EZ0061 Dessert \*

1791kj / 425kcal, Fett 13,8g,  
gesättigte Fettsäuren 4,7g, Kohlenhydrate  
59,4g, Zucker 18,9g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß  
12,5g, Salz 3,00g

G, G1

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (\*) enthalten keine Angaben.

# Speiseplan OGS Reichsgrafenstraße

Allergeninformationen

## Artikel- Nr. Menü 1

---

**Mo**

13.01.2020

- 23577 Vegetarische Bolognese  
Enthält: **Gluten, Weizen, Gerste, Sellerie**
- 23847 Spaghetti aus Hartweizengrieß  
Enthält: **Gluten, Weizen**
- EZ Salat / Rohkost \*
  
- EZ0061 Dessert \*

**Di**

14.01.2020

- 32427 Paniertes Putenschnitzel  
Enthält: **Gluten, Weizen**
- 32811 Kräuterkartoffeln
  
- EZ Salat / Rohkost \*
  
- EZ0061 Dessert \*

**Mi**

15.01.2020

- 23611 Vegetarische Linsensuppe  
Enthält: **Sellerie**
- 23637 Gemüsesuppe mit Muschelnudeln  
Enthält: **Gluten, Weizen, Sellerie**
- B210201 Brötchen  
Enthält: **Gluten, Weizen, Roggen, Gerste**
- EZ Salat / Rohkost \*
  
- EZ0061 Dessert \*

**Do**

16.01.2020

- 32769 Kartoffel-Quark-Ecke  
Enthält: **Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose**
- 32721 Bio Gemüse-Mix "Ampel" "Natur"
  
- EZ Salat / Rohkost \*
  
- EZ0061 Dessert \*







**Fr**

17.01.2020

- 23303 Reismudel-Gemüse-Pfanne; "vegetarisch"  
Enthält: **Gluten, Weizen**
- EZ Salat / Rohkost \*
  
- EZ0061 Dessert \*

## Legende

---

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	Ei	Eier
	Geflügelfleisch	Fi	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel
		G6	Kamut
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
05	geschwefelt	Me	Milcheiweiß
06	geschwärzt	S	Sellerie
07	gewachst	Sb	Soja
08	Phosphat	Sd	Schwefeldioxid
09	Süßungsmittel	Se	Sesam
10	Zuckerart und Süßungsmittel	Sf	Schalenfrüchte
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf1	Mandeln
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf2	Haselnüsse
13	Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf3	Walnüsse
14	Eiklar (im Fleischerzeugnis)	Sf4	Kaschunüsse
15	unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)	Sf5	Pecannüsse
16	unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)	Sf6	Paranüsse
17	Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf7	Pistazien
18	Stärke (im Fleischerzeugnis)	Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
19	koffeinhaltig	Sn	Senf
20	Nitritpökelsalz	W	Weichtiere
()	Kann Spuren enthalten von...		