

Speiseplan OGS Reichsgrafenstraße 20.01. - 24.01.



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1



32766 Falafelbällchen; aus Kichererbsen
32748 Mini-Karotten-Ecke; mit Knusperpanade
32598 Dillrahmsoße
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

2481kj / 594kcal, Fett 34,1g, gesättigte Fettsäuren 11,3g, Kohlenhydrate 55,8g, Zucker 16,1g, Ballaststoffe 8,4g, Eiweiß 11,8g, Salz 2,64g

G, G1, G3, M, Me, La, S, Sn



23331 Kartoffel-Gemüse-Gratin
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

2193kj / 521kcal, Fett 22,4g, gesättigte Fettsäuren 11,9g, Kohlenhydrate 59,8g, Zucker 13,6g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 16,5g, Salz 3,27g

G, G1, M, Me, La, S



56484 Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs; aus nachhaltiger Fischwirtschaft, (geformt)
32716 Pfannengemüse in Kräuterbutter
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

1857kj / 444kcal, Fett 24,4g, gesättigte Fettsäuren 8,5g, Kohlenhydrate 36,8g, Zucker 11,9g, Ballaststoffe 5,2g, Eiweiß 16,8g, Salz 1,70g

G, G1, Fi, M, Me, La, S, Sn



32302 Nudelpfanne "Tomate Total"
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

2474kj / 587kcal, Fett 16,8g, gesättigte Fettsäuren 6,3g, Kohlenhydrate 85,2g, Zucker 19,6g, Ballaststoffe 7,7g, Eiweiß 20,1g, Salz 1,82g

G, G1, M, Me, La



32759 Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art"
32875 Couscous
32571 Tomaten-Mozzarella-Soße
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

2622kj / 625kcal, Fett 25,7g, gesättigte Fettsäuren 8,5g, Kohlenhydrate 76,5g, Zucker 15,7g, Ballaststoffe 7,7g, Eiweiß 17,9g, Salz 3,17g

G, G1, Ei, M, Me, La







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

Speiseplan OGS Reichsgrafenstraße

Allergeninformationen

	Artikel-Nr.	Menü 1
20.01.2020	Mo	Falafelbällchen; aus Kichererbsen
	32766	Enthält: Senf
	32748	Mini-Karotten-Ecke; mit Knusperpanade Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Milch, Milcheiweiß, Laktose
	32598	Dillrahmsoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
	EZ	Salat / Rohkost *
	EZ0061	Dessert *
21.01.2020	Di	Kartoffel-Gemüse-Gratin
	23331	Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
	EZ	Salat / Rohkost *
	EZ0061	Dessert *
22.01.2020	Mi	Knusper Fischlis aus Alaska-Seelachs; aus nachhaltiger Fischwirtschaft, (geformt)
	56484	Enthält: Gluten, Weizen, Fisch
	32716	Pfannengemüse in Kräuterbutter Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Senf
	EZ	Salat / Rohkost *
	EZ0061	Dessert *
23.01.2020	Do	Nudelpfanne "Tomate Total"
	32302	Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
	EZ	Salat / Rohkost *
	EZ0061	Dessert *
24.01.2020	Fr	Gemüse-Frikadelle "Hausfrauen Art"
	32759	Enthält: Gluten, Weizen, Eier
	32875	Couscous Enthält: Gluten, Weizen
	32571	Tomaten-Mozzarella-Soße Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose
	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...		