

Speiseplan OGS Reichsgrafenstraße 10.02. - 14.02.



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Menü 1



32776 Süßkartoffel-Herzchen;
mit Mais und Zucchini
32838 Basmatireis
23780 Möhren in Sahnesoße
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

2474kj / 589kcal, Fett 21,8g,
gesättigte Fettsäuren 8,4g, Kohlenhydrate
81,8g, Zucker 12,5g, Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß
12,2g, Salz 2,85g

G, G1, M, Me, La



32750 Gemüse nuggets;
paniert
56809 Bio Kartoffelkroketten
3
EZ0043 Quarkdip *
EZ Salat / Rohkost *

1790kj / 428kcal, Fett 20,7g,
gesättigte Fettsäuren 3,1g, Kohlenhydrate
48,1g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe 8,1g, Eiweiß
8,1g, Salz 2,49g

G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se



24318 Asiatische
Mienudelpfanne; mit Gemüse
und Ei, vegetarisch
EZ0061 Dessert *
EZ Salat / Rohkost *

2497kj / 594kcal, Fett 21,7g,
gesättigte Fettsäuren 5,6g, Kohlenhydrate
79,6g, Zucker 10,6g, Ballaststoffe 6,4g, Eiweiß
17,1g, Salz 4,22g

G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, S



23341 Kürbispfanne mit
Spiralnudeln
EZ Salat / Rohkost *
EZ0061 Dessert *

1933kj / 458kcal, Fett 12,8g,
gesättigte Fettsäuren 4,7g, Kohlenhydrate
68,3g, Zucker 20,9g, Ballaststoffe 6,7g, Eiweiß
13,8g, Salz 2,74g

G, G1, S



32018 Bio Rindfleischfrikadelle
89477 Hamburgerbrötchen
mit Sesam
KA00003 Hamburgersoße
KA00002 Schlangengurke
KA00001 Tomaten
EZ0061 Dessert *

1780kj / 424kcal, Fett 16,9g,
gesättigte Fettsäuren 7,4g, Kohlenhydrate
46,8g, Zucker 9,7g, Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß
19,8g, Salz 1,16g

G, G1, (Sb), (M), (Me), (La), Se







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		Süßkartoffel-Herzchen; mit Mais und Zucchini
	32776	
10.02.2020	32838	Basmatireis
	23780	Möhren in Sahnesoße Enthält: Gluten, Weizen, Milch, Milcheiweiß, Laktose
	EZ	Salat / Rohkost *
	EZ0061	Dessert *
Di	32750	Gemüseuggets; paniert Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam
11.02.2020	56809	Bio Kartoffelkroketten
	EZ0043	Quarkdip *
	EZ	Salat / Rohkost *
Mi	24318	Asiatische Mienudelpfanne; mit Gemüse und Ei, vegetarisch Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie
12.02.2020	EZ0061	Dessert *
	EZ	Salat / Rohkost *
Do	23341	Kürbispfanne mit Spiralnudeln Enthält: Gluten, Weizen, Sellerie
13.02.2020	EZ	Salat / Rohkost *
	EZ0061	Dessert *
Fr	32018	Bio Rindfleischfrikadelle
14.02.2020	89477	Hamburgerbrötchen mit Sesam Enthält: Gluten, Weizen, (Soja), (Milch), (Milcheiweiß), (Laktose), Sesam
	KA00003	Hamburgersoße
	KA00002	Schlangengurke
	KA00001	Tomaten
	EZ0061	Dessert *

Legende

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