



# DEIN SPEISEPLAN

OVS Eslargasse Schule der Stadt Wien

WWF und GOURMET setzen sich für klimafreundliche Ernährung ein.



Woche 5  
30.01. - 03.02.2023

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten

## Montag



Tagesmenü 3 - vegetarisch  
**Geröstete Knödel** A,C,G  
BIO-Roter Rübensalat  
BIO-Fruchtjoghurt G

## Dienstag



Tagesmenü 1  
**BIO-Topfenschmarren** A,C,G  
Erdbeer-Pfirsichmark  
Muffin Schoko-Banane A,C,G

## Mittwoch



Tagesmenü 1  
**Gemüsenuggets** A,G  
Cremige Polenta G  
dazu Eisbergsalat  
BIO-Essig-Öl-Dressing  
BIO-Mandarine

## Donnerstag



Tagesmenü 1  
**Gemüselasagne** A,G  
dazu Rahm-Gurkensalat G  
BIO-Dinkelgugelhupf A,C,G

## Freitag



Tagesmenü 3 - vegetarisch  
**BIO-Nudelauflauf** A,C,G  
Chinakohlsalat  
American Dressing C,G,M  
BIO-Banane



Tagesmenü 3 - vegetarisch  
Gelbe Rübencremesuppe A,G,M  
**BIO-Käse Tortelloni** A,C,G  
BIO-Wiener-Tom.sauce A  
und Hartkäse gerieben C,G  
dazu Sport Mix Salat  
BIO-Essig-Öl-Dressing



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei  
**BIO-Linguine** A  
BIO-Sauce Bolognese vom Rind A,L  
dazu Eisbergsalat  
Joghurtkräuterdressing C,G,M  
BIO-Mandarine

laktosefrei

vegetarisch

schweinefleischfrei

Das Angebot ist von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) zertifiziert und entspricht den Vorgaben einer ausgewogenen Mittagsverpflegung.

Alle unsere Fische stammen aus einer MSC-zertifizierten, nachhaltigen Fischerei. [www.msc.org/at](http://www.msc.org/at); MSC-C-51742.



### Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung

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

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

50 % BIO-Anteil



