

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 01.07. - 05.07.

Vollkost

Vegetarisch

Mo Pizza "Margherita"
01.07. geriebener Käse
Mais
Rohkost Paprika

Nährwertangaben pro Portion
2553,0kJ/605,0kcal, Kohlenhydrate 87,0g, Fett 16,0g, Eiweiß 24,0g, Salz 3,0g, gesättigte
Fettsäuren 10,0g, Zucker 7,0g
🌿 G, M, La, Me, G1

Pizza "Margherita"
geriebener Käse
Mais
Rohkost Paprika

Nährwertangaben pro Portion
2553,0kJ/605,0kcal, Kohlenhydrate 87,0g, Fett 16,0g, Eiweiß 24,0g, Salz 3,0g, gesättigte
Fettsäuren 10,0g, Zucker 7,0g
🌿 G, M, La, Me, G1

Di Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
02.07. Kräuterquark
Rohkost Gurke

Nährwertangaben pro Portion
2038,0kJ/487,0kcal, Kohlenhydrate 47,0g, Fett 26,0g, Eiweiß 11,0g, Salz 2,0g, gesättigte
Fettsäuren 12,0g, Zucker 4,0g
🌿 M, La, Me

Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Kräuterquark
Rohkost Gurke

Nährwertangaben pro Portion
2038,0kJ/487,0kcal, Kohlenhydrate 47,0g, Fett 26,0g, Eiweiß 11,0g, Salz 2,0g, gesättigte
Fettsäuren 12,0g, Zucker 4,0g
🌿 M, La, Me

Mi Rindergulasch mit Karottenscheiben in
03.07. Rahmsoße
Pasta Farfalle

Nährwertangaben pro Portion
1996,0kJ/472,0kcal, Fett 9,7g, gesättigte Fettsäuren 3,4g, Kohlenhydrate 69,7g, Zucker 7,0g,
Ballaststoffe 1,0g, Eiweiß 26,3g, Salz 1,39g, Kohlenhydrateinheiten 0,8
🌿 M, Me, La, S, G, Sn, Sb, G1

Pasta Farfalle
Tomaten-Mozzarella-Soße
Parmesan gerieben
Rohkost Möhre

Nährwertangaben pro Portion
1960,0kJ/464,0kcal, Kohlenhydrate 69,1g, Fett 11,0g, Eiweiß 21,0g, Salz 2,05g, gesättigte
Fettsäuren 5,9g, Zucker 7,1g, Ballaststoffe 0,6g, Kohlenhydrateinheiten 0,7
2 G, Sn, Sb, G1, M, Me, La, Ei

Do Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
04.07. Backofen Herzoginkartoffeln
Paprika-Tomatensalat*

Nährwertangaben pro Portion
1622,0kJ/192,0kcal, Fett 16,9g, gesättigte Fettsäuren 4,8g, Kohlenhydrate 39,9g, Zucker 5,4g,
Ballaststoffe 0,9g, Eiweiß 17,7g, Salz 3,34g, Kohlenhydrateinheiten 0,8
🌿 G, G1, M, Me, La

Veggie-Bällchen "Fresh kick"; Vegetarisches
Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller
Soße
Backofen Herzoginkartoffeln
Paprika-Tomatensalat*

Nährwertangaben pro Portion
1743,0kJ/222,0kcal, Fett 20,7g, gesättigte Fettsäuren 4,8g, Kohlenhydrate 44,0g, Zucker 5,8g,
Ballaststoffe 2,3g, Eiweiß 11,6g, Salz 3,58g, Kohlenhydrateinheiten 1,3
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Fr Allgäuer Käsespätzle
05.07. Röstzwiebeln

Nährwertangaben pro Portion
2862,0kJ/689,0kcal, Kohlenhydrate 61,0g, Fett 37,0g, Eiweiß 23,0g, Salz 3,0g, gesättigte
Fettsäuren 12,0g, Zucker 5,0g
🌿 Ei, G, La, G5, S, G1

Allgäuer Käsespätzle
Röstzwiebeln

Nährwertangaben pro Portion
2862,0kJ/689,0kcal, Kohlenhydrate 61,0g, Fett 37,0g, Eiweiß 23,0g, Salz 3,0g, gesättigte
Fettsäuren 12,0g, Zucker 5,0g
🌿 Ei, G, La, G5, S, G1

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 01.07. - 05.07.

Dessert

Mo Donut Schoko
01.07.

Nährwertangaben pro Portion
386,0kJ/93,0kcal, Kohlenhydrate 9,0g, Fett 6,0g, Eiweiß
1,0g, Salz 0g, gesättigte Fettsäuren 3,0g, Zucker 2,0g
🌿 Ei, G, M, La, G2, Sb, G5, G6, Me, Sf, G1

Di Vanillepudding
02.07. Schokoladensoße

Nährwertangaben pro Portion
596,0kJ/143,0kcal, Kohlenhydrate 17,0g, Fett 7,0g, Eiweiß
3,0g, Salz 0g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Zucker 5,0g
🌿 M, La, Me

Mi Obst der Saison
03.07.

Nährwertangaben pro Portion
0kJ/0kcal, Kohlenhydrate 0g, Fett 0g, Eiweiß 0g, Salz 0g,
gesättigte Fettsäuren 0g, Zucker 0g
🌿

Do Erdbeerquark
04.07.

Nährwertangaben pro Portion
505,0kJ/120,0kcal, Kohlenhydrate 14,0g, Fett 4,0g, Eiweiß
6,0g, Salz 0g, gesättigte Fettsäuren 3,0g, Zucker 13,0g
M, La, Me

Fr Erdbeeren
05.07.

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 01.07. - 05.07.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo
01.07.

17190695 Pizza "Margherita"
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Milcheiweiß , Weizen**
14285332 geriebener Käse
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
60047343 Mais
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14867156 Rohkost Paprika
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

17190695 Pizza "Margherita"
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Milcheiweiß , Weizen**
14285332 geriebener Käse
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
60047343 Mais
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14867156 Rohkost Paprika
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di
02.07.

18661958 Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Enthält: **Milch , Laktose**
14090165 Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
15218414 Rohkost Gurke
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18661958 Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Enthält: **Milch , Laktose**
14090165 Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
15218414 Rohkost Gurke
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Mi
03.07.

23217 Rindergulasch mit Karottenscheiben in Rahmsoße
Enthält: **Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie**
14792120* Pasta Farfalle
Enthält: **Gluten , Senf , Soja , Weizen**

14792120* Pasta Farfalle
Enthält: **Gluten , Senf , Soja , Weizen**
32571 Tomaten-Mozzarella-Soße
Enthält: **Milch , Milcheiweiß , Laktose**
20020477 Parmesan gerieben
Enthält: **Eier , Milch , Laktose , Milcheiweiß**
15218568 Rohkost Möhre
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Do
04.07.

24417 Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**
18651966 Backofen Herzoginkartoffeln
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
EZ0143 Paprika-Tomatensalat
Enthält: *

23765 Veggie-Bällchen "Fresh kick"; Vegetarisches Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch , Milcheiweiß , Laktose**
18651966 Backofen Herzoginkartoffeln
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
EZ0143 Paprika-Tomatensalat
Enthält: *

Fr
05.07.

18654929 Allgäuer Käsespätzle
Enthält: **Eier , Gluten , Laktose , Dinkel-Weizen , Sellerie**
15239679 Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**

18654929 Allgäuer Käsespätzle
Enthält: **Eier , Gluten , Laktose , Dinkel-Weizen , Sellerie**
15239679 Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 01.07. - 05.07.

Allergeninformationen

Dessert

Mo 18652529 Donut Schoko
01.07. Enthält: **Eier , Gluten , Milch , Laktose , Roggen , Soja , Dinkel-Weizen , Khorasan-Weizen , Milcheiweiß , Schalenfrüchte , Weizen**

Di 14060700 Vanillepudding
02.07. Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
20090098 Schokoladensoße
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Mi KA00829 Obst der Saison
03.07. Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Do 15362773 Erdbeerquark
04.07. Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Fr Erdbeeren
05.07.

Legende

	mit Alkohol	E	Erdnüsse
	mit Zutaten vom Fisch	Ei	Eier
	mit Zutaten vom Geflügel	Fi	Fisch
	mit Zutaten vom Rind	G	Gluten
	mit Zutaten vom Schwein	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
	vegan	G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel-Weizen
		G6	Khorasan-Weizen
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
06	geschwärzt	Me	Milcheiweiß
07	gewachst	S	Sellerie
08	Phosphat	Sb	Soja
09	Süßungsmittel	Sd	Schwefeldioxid und Sulfite (>10 mg/kg oder 10 mg/l)
10	Zucker(n) und Süßungsmittel(n)	Se	Sesam
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf	Schalenfrüchte
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf1	Mandeln
19	koffeinhaltig	Sf2	Haselnüsse
20	Nitritpökelsalz	Sf3	Walnüsse
		Sf4	Kaschunüsse
		Sf5	Pecannüsse
		Sf6	Paranüsse
		Sf7	Pistazien
		Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
		Sn	Senf
		W	Weichtiere
		()	Kann Spuren enthalten von...