

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 04.11. - 08.11.

Vollkost

Mo 04.11. Bolognese mit Rindfleisch
Pasta Spaghetti
Parmesan gerieben
Beilagensalat

Nährwertangaben pro Portion
1926,0kJ/458,0kcal, Kohlenhydrate 59,0g, Fett 12,0g, Eiweiß 25,0g, Salz 1,0g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Zucker 3,0g
☞ 2 S, G, G1, Ei, M, La, Me

Di 05.11. Pizza "Margherita"
geriebener Käse
Thunfisch
Rohkost Kohlrabi

Nährwertangaben pro Portion
2653,0kJ/629,0kcal, Kohlenhydrate 86,0g, Fett 18,0g, Eiweiß 29,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 10,0g, Zucker 6,0g
☞ G, M, La, Me, G1, Fi

Mi 06.11. Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches
Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Langkornreis
Tomatensalat mit Essig und Öl

Nährwertangaben pro Portion
1486,0kJ/354,0kcal, Fett 10,5g, gesättigte Fettsäuren 2,8g, Kohlenhydrate 48,5g, Zucker 3,1g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 12,5g, Salz 1,62g
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Do 07.11. Panierte Fischstäbchen aus Alaska-Seelachs
(aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Rahmspinat
Kartoffelpüree

Nährwertangaben pro Portion
672,0kJ/160,0kcal, Fett 6,8g, gesättigte Fettsäuren 0,8g, Kohlenhydrate 13,4g, Zucker 0,2g, Ballaststoffe 0,8g, Eiweiß 10,9g, Salz 1,03g
☞ G, G1, Fi, La, Me

Fr 08.11. Erbsensuppe "vegetarisch"
Veganes Wiener-Würstchen
Brötchen

Nährwertangaben pro Portion
1943,0kJ/463,0kcal, Fett 11,2g, gesättigte Fettsäuren 0,4g, Kohlenhydrate 63,6g, Zucker 6,0g, Ballaststoffe 12,0g, Eiweiß 19,8g, Salz 5,68g
☞ 1 S, G, G5, G3, G4, Se, G1

Vegetarisch

Tomaten-Mozzarella-Soße
Pasta Spaghetti
Parmesan gerieben
Beilagensalat

Nährwertangaben pro Portion
1669,0kJ/396,0kcal, Fett 8,0g, gesättigte Fettsäuren 3,9g, Kohlenhydrate 61,1g, Zucker 6,1g, Ballaststoffe 0,6g, Eiweiß 17,0g, Salz 1,05g
2 M, Me, La, G, G1, Ei

Pizza "Margherita"
geriebener Käse
Rohkost Kohlrabi

Nährwertangaben pro Portion
2589,0kJ/614,0kcal, Kohlenhydrate 86,0g, Fett 17,0g, Eiweiß 25,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 10,0g, Zucker 6,0g
☞ G, M, La, Me, G1

Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches
Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Langkornreis
Tomatensalat mit Essig und Öl

Nährwertangaben pro Portion
1486,0kJ/354,0kcal, Fett 10,5g, gesättigte Fettsäuren 2,8g, Kohlenhydrate 48,5g, Zucker 3,1g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 12,5g, Salz 1,62g
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Vegetarische Chicken Nuggets
Rahmspinat
Kartoffelpüree

Nährwertangaben pro Portion
602,0kJ/144,0kcal, Kohlenhydrate 14,0g, Fett 6,0g, Eiweiß 6,0g, Salz 1,0g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Zucker 2,0g
☞ G, G1, La, Me

Erbsensuppe "vegetarisch"
Veganes Wiener-Würstchen
Brötchen

Nährwertangaben pro Portion
1457,0kJ/347,0kcal, Fett 9,2g, gesättigte Fettsäuren 0,2g, Kohlenhydrate 47,2g, Zucker 4,5g, Ballaststoffe 7,5g, Eiweiß 14,2g, Salz 4,30g
☞ 1 S, G, G5, G3, G4, Se, G1

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 04.11. - 08.11.

Dessert

Mo Marmor Kuchen
04.11.

Nährwertangaben pro Portion
912,0kj/218,0kcal, Kohlenhydrate 28,0g, Fett 11,0g,
Eiweiß 2,0g, Salz 0g, gesättigte Fettsäuren 6,0g, Zucker
17,0g
🌿 Ei, G, Sb, G1

Di Obst der Saison
05.11.

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

Mi Naturjoghurt mit Obst der Saison
06.11.

Nährwertangaben pro Portion
0kj/0kcal, Kohlenhydrate 0g, Fett 0g, Eiweiß 0g, Salz 0g,
gesättigte Fettsäuren 0g, Zucker 0g
🌿 M, La, Me

Do Eis Capri
07.11.

Nährwertangaben pro Portion
227,0kj/49,0kcal, Kohlenhydrate 13,0g, Fett 0g, Eiweiß 0g,
Salz 0g, gesättigte Fettsäuren 0g, Zucker 12,0g
🌿 1

Fr Obst der Saison
08.11.

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

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 04.11. - 08.11.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo

04.11.

15995247 Bolognese mit Rindfleisch
Enthält: **Sellerie**

14745935 Pasta Spaghetti
Enthält: **Gluten , Weizen**

20020477 Parmesan gerieben
Enthält: **Eier , Milch , Laktose , Milcheiweiß**

KA00918 Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

32571 Tomaten-Mozzarella-Soße
Enthält: **Milch , Milcheiweiß , Laktose**

14745935 Pasta Spaghetti
Enthält: **Gluten , Weizen**

20020477 Parmesan gerieben
Enthält: **Eier , Milch , Laktose , Milcheiweiß**

KA00918 Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di

05.11.

17190695 Pizza "Margherita"
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Milcheiweiß , Weizen**

14285332 geriebener Käse
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

10142462 Thunfisch
Enthält: **Fisch**

60056360 Rohkost Kohlrabi
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

17190695 Pizza "Margherita"
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Milcheiweiß , Weizen**

14285332 geriebener Käse
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

60056360 Rohkost Kohlrabi
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Mi

06.11.

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

14511240* Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

KA00141 Tomatensalat mit Essig und Öl
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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

14511240* Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

KA00141 Tomatensalat mit Essig und Öl
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Do

07.11.

56489 Panierte Fischstäbchen aus Alaska-Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Enthält: **Gluten , Weizen , Fisch**

18651034 Rahmspinat
Enthält: **Laktose**

18651973 Kartoffelpüree
Enthält: **Laktose , Milcheiweiß**

18261875 Vegetarische Chicken Nuggets
Enthält: **Gluten , Weizen**

18651034 Rahmspinat
Enthält: **Laktose**

18651973 Kartoffelpüree
Enthält: **Laktose , Milcheiweiß**

Fr

08.11.

23630 Erbsensuppe "vegetarisch"
Enthält: **Sellerie**

18462975 Veganes Wiener-Würstchen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14385704 Brötchen
Enthält: **Gluten , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer , Sesam , Weizen**

23630 Erbsensuppe "vegetarisch"
Enthält: **Sellerie**

18462975 Veganes Wiener-Würstchen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14385704 Brötchen
Enthält: **Gluten , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer , Sesam , Weizen**

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 04.11. - 08.11.

Allergeninformationen

Dessert

Mo
04.11. 80226011 Marmor Kuchen
Enthält: **Eier , Gluten , Soja , Weizen**








Di
05.11. KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Mi
06.11. 14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Do
07.11. 10357309 Eis Capri
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Fr
08.11. KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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...