

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 10.03. - 14.03.

Vollkost

Mo Pasta Fusilli tricolore
10.03. Käsesoße "Carbonara Art"
Salatgarnitur

Nährwertangaben pro Portion
1890,0kj/449,0kcal, Kohlenhydrate 67,5g, Fett 12,4g, Eiweiß 15,2g, Salz 1,33g, gesättigte
Fettsäuren 5,2g, Zucker 6,4g, Ballaststoffe 0,2g
🌱 20, 3 G, Sn, Sb, G1, M, Me, La, S

Di Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
11.03. Kräuterquark
Paprika-Tomatensalat *

Nährwertangaben pro Portion
1947,0kj/466,0kcal, Kohlenhydrate 46,8g, Fett 25,6g, Eiweiß 9,3g, Salz 2,11g, gesättigte
Fettsäuren 10,2g, Zucker 3,7g, Ballaststoffe 0,4g
M, La, Me

Mi Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
12.03. Langkornreis 18650709
Paprika-Tomatensalat *

Nährwertangaben pro Portion
1054,0kj/251,0kcal, Fett 11,3g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 12,3g, Zucker 4,8g,
Ballaststoffe 1,1g, Eiweiß 24,2g, Salz 2,11g
🌱 G, G1, M, Me, La

Do Hamburger Brötchen 15800480
13.03. Rinderhacksteak
Gurken und Tomaten
Ketchup
Salatgarnitur
Backofen Krokette

Nährwertangaben pro Portion
1785,0kj/425,0kcal, Kohlenhydrate 51,6g, Fett 15,8g, Eiweiß 17,7g, Salz 2,04g, gesättigte
Fettsäuren 6,2g, Zucker 8,8g, Ballaststoffe 0,3g
🌱 9, 10 G, Se, G1, Ei, M, La, Me

Fr Allgäuer Käsespätzle
14.03. Röstzwiebeln
Beilagensalat

Nährwertangaben pro Portion
2617,0kj/630,0kcal, Kohlenhydrate 57,0g, Fett 32,0g, Eiweiß 23,0g, Salz 3,0g, gesättigte
Fettsäuren 10,0g, Zucker 4,0g
🌱 Ei, G, La, G5, S, G1

Vegetarisch

Pasta Fusilli tricolore
Käsesoße
Salatgarnitur

Nährwertangaben pro Portion
1643,0kj/389,0kcal, Kohlenhydrate 66,4g, Fett 7,2g, Eiweiß 13,4g, Salz 1,04g, gesättigte
Fettsäuren 2,8g, Zucker 4,9g, Ballaststoffe 0,3g
G, Sn, Sb, G1, M, Me, S

Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Kräuterquark
Paprika-Tomatensalat *

Nährwertangaben pro Portion
1947,0kj/466,0kcal, Kohlenhydrate 46,8g, Fett 25,6g, Eiweiß 9,3g, Salz 2,11g, gesättigte
Fettsäuren 10,2g, Zucker 3,7g, Ballaststoffe 0,4g
M, La, Me

Frühlingsrolle veg.
Gemüsesoße "süß-sauer"
Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion
1228,0kj/291,0kcal, Kohlenhydrate 59,5g, Fett 2,2g, Eiweiß 5,6g, Salz 1,71g, gesättigte
Fettsäuren 0,0g, Zucker 8,1g, Ballaststoffe 0,5g
🌱 🌱 G, La, S, G1, Sb

Hamburger Brötchen 15800480
Gemüsefrikadelle
Gurken und Tomaten
Ketchup
Salatgarnitur
Backofen Krokette

Nährwertangaben pro Portion
1525,0kj/362,0kcal, Kohlenhydrate 59,0g, Fett 9,0g, Eiweiß 10,0g, Salz 2,0g, gesättigte
Fettsäuren 2,0g, Zucker 11,0g
9, 10 G, Se, G1, Ei, La, M, Me

Allgäuer Käsespätzle
Röstzwiebeln
Beilagensalat

Nährwertangaben pro Portion
2617,0kj/630,0kcal, Kohlenhydrate 57,0g, Fett 32,0g, Eiweiß 23,0g, Salz 3,0g, gesättigte
Fettsäuren 10,0g, Zucker 4,0g
🌱 Ei, G, La, G5, S, G1

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 10.03. - 14.03.

Dessert

Mo Vanillepudding
10.03.

Nährwertangaben pro Portion
532,0kJ/127,0kcal, Kohlenhydrate 15,0g, Fett 6,0g, Eiweiß
3,0g, Salz 0,0g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Zucker 1,0g
🌿 M, La, Me

Di Naturjoghurt mit Obst der Saison
11.03.

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

Mi Kirschgrütze
12.03. Vanillesoße

Nährwertangaben pro Portion
422,0kJ/101,0kcal, Kohlenhydrate 18,0g, Fett 2,0g, Eiweiß
1,0g, Salz 0,0g, gesättigte Fettsäuren 2,0g, Zucker 15,0g
🌿 1 M, La, Me

Do Obst der Saison
13.03.

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

Fr Erdbeerquark
14.03.

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

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 10.03. - 14.03.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo

10.03.

14793097*Pasta Fusilli tricolore
Enthält: **Gluten , Senf , Soja , Weizen**

23587Käsesoße "Carbonara Art"
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie**

KA00778Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14793097*Pasta Fusilli tricolore
Enthält: **Gluten , Senf , Soja , Weizen**

32592Käsesoße
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Sellerie**

KA00778Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di

11.03.

18661958Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Enthält: **Milch , Laktose**

14090165Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

EZ0143Paprika-Tomatensalat
Enthält: *

18661958Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Enthält: **Milch , Laktose**

14090165Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

EZ0143Paprika-Tomatensalat
Enthält: *

Mi

12.03.

24417Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

KA00064Langkornreis 18650709
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

EZ0143Paprika-Tomatensalat
Enthält: *

18658163Frühlingsrolle veg.
Enthält: **Gluten , Laktose , Sellerie , Weizen**

24705Gemüsesoße "süß-sauer"
Enthält: **Soja**

14511240*Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Do

13.03.

KA00004Hamburger Brötchen 15800480
Enthält: **Gluten , Sesam , Weizen**

32040Rinderhacksteak
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier**

KA00006Gurken und Tomaten
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

10292501Ketchup
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

KA00778Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18651935Backofen Krokette
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

KA00004Hamburger Brötchen 15800480
Enthält: **Gluten , Sesam , Weizen**

18661811Gemüsefrikadelle
Enthält: **Eier , Gluten , Laktose , Weizen**

KA00006Gurken und Tomaten
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

10292501Ketchup
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

KA00778Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18651935Backofen Krokette
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Fr

14.03.

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

15239679Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**

KA00918Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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

15239679Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**

KA00918Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 10.03. - 14.03.

Allergeninformationen

Dessert

Mo
10.03. 14060700 Vanillepudding
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**








Di
11.03. 14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Mi
12.03. 14450099 Kirschgrütze
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
10274729 Vanillesoße
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Do
13.03. KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Fr
14.03. 15362773 Erdbeerquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

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(n)	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...