

# Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 13.01. - 17.01.

## Vollkost

**Mo** 13.01. Hühnerfrikassee "Frühlings Art"  
Langkornreis

Rohkost Möhre

Nährwertangaben pro Portion

1391,0kJ/331,0kcal, Fett 8,0g, gesättigte Fettsäuren 3,5g, Kohlenhydrate 42,2g, Zucker 1,9g, Ballaststoffe 1,0g, Eiweiß 19,3g, Salz 1,30g

🌱 G, G1, M, Me, La, S

**Di** 14.01. Tortelloni Ricotta  
Tomaten-Mozzarella-Soße  
Parmesan gerieben  
Beilagensalat

Nährwertangaben pro Portion

663,0kJ/158,0kcal, Kohlenhydrate 7,1g, Fett 9,0g, Eiweiß 11,0g, Salz 2,05g, gesättigte Fettsäuren 5,9g, Zucker 4,1g, Ballaststoffe 0,6g

2 G, M, La, G1, Me, Ei

**Mi** 15.01. Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks"  
Djuvec-Reis Gemüse-Curry-Reis  
Gurkensalat

Nährwertangaben pro Portion

1594,0kJ/380,0kcal, Fett 16,5g, gesättigte Fettsäuren 2,5g, Kohlenhydrate 33,3g, Zucker 4,0g, Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß 22,9g, Salz 2,64g

🌱 2 Sn, M, La

**Do** 16.01. Cevapcici vom Rind  
Tomatensoße à la Italia  
Prinzessbohnen 18650426  
Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion

1717,0kJ/409,0kcal, Kohlenhydrate 49,7g, Fett 13,6g, Eiweiß 18,8g, Salz 2,61g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe 0,7g

🌱 Ei, G, G2, Sn, G5, G3, G4, G6, G1, S

**Fr** 17.01. Vegetarische Linsensuppe  
Mettwurst  
Brötchen  
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion

1373,0kJ/326,0kcal, Fett 11,0g, gesättigte Fettsäuren 2,4g, Kohlenhydrate 41,4g, Zucker 3,0g, Ballaststoffe 3,0g, Eiweiß 13,0g, Salz 2,50g

🌱 3, 2 S, G, G5, G3, G4, Se, G1

## Vegetarisch

Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches  
Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße

Langkornreis

Rohkost Möhre

Nährwertangaben pro Portion

1480,0kJ/352,0kcal, Fett 10,4g, gesättigte Fettsäuren 3,4g, Kohlenhydrate 48,5g, Zucker 3,1g, Ballaststoffe 1,8g, Eiweiß 12,5g, Salz 1,62g

🌱 G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Tortelloni Ricotta  
Tomaten-Mozzarella-Soße  
Parmesan gerieben  
Beilagensalat

Nährwertangaben pro Portion

663,0kJ/158,0kcal, Kohlenhydrate 7,1g, Fett 9,0g, Eiweiß 11,0g, Salz 2,05g, gesättigte Fettsäuren 5,9g, Zucker 4,1g, Ballaststoffe 0,6g

2 G, M, La, G1, Me, Ei

Reisnudel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch"  
Fetakäse  
Gurkensalat

Nährwertangaben pro Portion

1242,0kJ/296,0kcal, Fett 10,8g, gesättigte Fettsäuren 2,5g, Kohlenhydrate 38,4g, Zucker 11,2g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 8,5g, Salz 2,38g

🌱 2 G, G1, M, La, Me

Linsenbällchen aus Kartoffeln und braunen Linsen  
Tomatensoße à la Italia  
Prinzessbohnen 18650426  
Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion

1492,0kJ/355,0kcal, Fett 8,0g, gesättigte Fettsäuren 1,1g, Kohlenhydrate 57,2g, Zucker 3,2g, Ballaststoffe 2,7g, Eiweiß 9,1g, Salz 1,45g

🌱 G, G4, Ei, S

Vegetarische Linsensuppe  
Brötchen  
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion

1242,0kJ/294,0kcal, Fett 6,0g, gesättigte Fettsäuren 0,5g, Kohlenhydrate 46,5g, Zucker 3,5g, Ballaststoffe 3,8g, Eiweiß 10,5g, Salz 1,88g

🌱 S, G, G5, G3, G4, Se, G1

# Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 13.01. - 17.01.

## Dessert

---

**Mo** Obst der Saison  
13.01.

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



**Di** Müsliriegel Erdbeer-Joghurt  
14.01.

Nährwertangaben pro Portion  
337,0kj/80,0kcal, Kohlenhydrate 13,0g, Fett 2,0g, Eiweiß  
2,0g, Salz 0,0g, gesättigte Fettsäuren 1,0g, Zucker 4,0g

G, M, La, G3, G4, Me, G1

**Mi** Schokopudding  
15.01.

Nährwertangaben pro Portion  
553,0kj/132,0kcal, Kohlenhydrate 16,0g, Fett 6,0g, Eiweiß  
3,0g, Salz 0,0g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Zucker 12,0g

M, La, Me

**Do** Obst der Saison  
16.01.

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** Naturjoghurt mit Obst der Saison  
17.01.

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

# Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 13.01. - 17.01.

Allergeninformationen

## Vollkost

## Vegetarisch

**Mo**  
13.01.

23438 Hühnerfrikassee "Frühlings Art"  
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie**

14511240\* Langkornreis  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

15218568 Rohkost Möhre  
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

15218568 Rohkost Möhre  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

**Di**  
14.01.

18654134 Tortelloni Ricotta  
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Weizen**

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

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

KA00918 Beilagensalat  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18654134 Tortelloni Ricotta  
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Weizen**

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

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

KA00918 Beilagensalat  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

**Mi**  
15.01.

32401 Hähnchenunterkeulen "Drum Sticks"  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

32870 Djuvec-Reis | Gemüse-Curry-Reis  
Enthält: **Senf**

16903326 Gurkensalat  
Enthält: **Milch , Laktose**

23303 Reismudel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch"  
Enthält: **Gluten , Weizen**

18719611 Fetakäse  
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

16903326 Gurkensalat  
Enthält: **Milch , Laktose**

**Do**  
16.01.

16211827 Cevapcici vom Rind  
Enthält: **Eier , Gluten , Roggen , Senf , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer , Khorasan-Weizen , Weizen**

32578 Tomatensoße à la Italia  
Enthält: **Sellerie**

KA00806 Prinzessbohnen 18650426  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14511240\* Langkornreis  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

32749 Linsenbällchen; aus Kartoffeln und braunen Linsen  
Enthält: **Gluten , Hafer , Eier**

32578 Tomatensoße à la Italia  
Enthält: **Sellerie**

KA00806 Prinzessbohnen 18650426  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14511240\* Langkornreis  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

**Fr**  
17.01.

23611 Vegetarische Linsensuppe  
Enthält: **Sellerie**

15332042 Mettwurst  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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

gemischt\* Rohkost  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

23611 Vegetarische Linsensuppe  
Enthält: **Sellerie**

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

gemischt\* Rohkost  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

# Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 13.01. - 17.01.

Allergeninformationen

## Dessert

---

**Mo**  
13.01. KA00829 Obst der Saison  
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

**Di**  
14.01. 17047555 Müsliriegel Erdbeer-Joghurt  
Enthält: **Gluten , Milch , Laktose , Gerste , Hafer , Milcheiweiß , Weizen**

**Mi**  
15.01. 14060694 Schokopudding  
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

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

**Fr**  
17.01. 14007712\* Naturjoghurt mit Obst der Saison  
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

# Legende

---



mit Alkohol



mit Zutaten vom Fisch



mit Zutaten vom Geflügel



mit Zutaten vom Rind



mit Zutaten vom Schwein



vegetarisch



vegan

01	Farbstoff
02	Konservierungsmittel
03	Antioxidationsmittel
04	Geschmacksverstärker
06	geschwärzt
07	gewachst
08	Phosphat
09	Süßungsmittel
10	Zucker(n) und Süßungsmittel(n)
11	enth. eine Phenylalaninquelle
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken
19	koffeinhaltig
20	Nitritpökelsalz

E	Erdnüsse
Ei	Eier
Fi	Fisch
G	Gluten
G1	Weizen
G2	Roggen
G3	Gerste
G4	Hafer
G5	Dinkel-Weizen
G6	Khorasan-Weizen
K	Krebstiere
La	Laktose
Lp	Lupinen
M	Milch
Me	Milcheiweiß
S	Sellerie
Sb	Soja
Sd	Schwefeldioxid und Sulfite (>10 mg/kg oder 10 mg/l)
Se	Sesam
Sf	Schalenfrüchte
Sf1	Mandeln
Sf2	Haselnüsse
Sf3	Walnüsse
Sf4	Kaschunüsse
Sf5	Pecannüsse
Sf6	Paranüsse
Sf7	Pistazien
Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
Sn	Senf
W	Weichtiere
()	Kann Spuren enthalten von...