

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 27.01. - 31.01.

Vollkost

Mo
27.01.

Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße
Kartoffel-Buchstaben
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
2433,0kJ/580,0kcal, Fett 26,4g, gesättigte Fettsäuren 8,2g, Kohlenhydrate 66,4g, Zucker 13,0g, Ballaststoffe 4,6g, Eiweiß 15,1g, Salz 3,75g
🌿 G, G1, Ei, Sb, Sn

Di
28.01.

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

Mi
29.01.

Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
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
30.01.

Hamburger Brötchen 15800480
Rinderhacksteak
Gurken und Tomaten
Ketchup
Salatgarnitur
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
1542,0kJ/366,0kcal, Kohlenhydrate 42,6g, Fett 12,8g, Eiweiß 16,7g, Salz 3,04g, gesättigte Fettsäuren 6,2g, Zucker 8,8g, Ballaststoffe 0,3g
🌿 9, 10 G, Se, G1, Ei

Fr
31.01.

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

Vegetarisch

Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße
Kartoffel-Buchstaben
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
2639,0kJ/629,0kcal, Fett 28,6g, gesättigte Fettsäuren 9,2g, Kohlenhydrate 73,2g, Zucker 13,1g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 15,8g, Salz 3,96g
🌿 G, G1, Ei, Sb, Sn

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
vegetarisches Burger Pattie
Gurken und Tomaten
Ketchup
Salatgarnitur
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
1556,0kJ/368,0kcal, Kohlenhydrate 61,0g, Fett 9,0g, Eiweiß 7,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 2,0g, Zucker 8,1g, Ballaststoffe 0,5g
9, 10 G, Se, G1

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 27.01. - 31.01.

Dessert

Mo Obst der Saison
27.01.

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 Naturjoghurt mit Obst der Saison
28.01.

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

Mi Eis Capri
29.01.

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

Do Obst der Saison
30.01.

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 Erdbeerquark
31.01.

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 27.01. - 31.01.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo

27.01.

23762Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße

Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Senf**

56829Kartoffel-Buchstaben

Enthält: **Eier**

gemischt*Rohkost

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

23762Veggie-Currywurst aus Soja und Weizen in milder Tomatensoße

Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Senf**

56829Kartoffel-Buchstaben

Enthält: **Eier**

gemischt*Rohkost

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di

28.01.

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

29.01.

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

30.01.

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

gemischt*Rohkost

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

KA00004Hamburger Brötchen 15800480

Enthält: **Gluten , Sesam , Weizen**

18657234Vegetarisches Burger Pattie

Enthält: **Gluten , Weizen**

KA00006Gurken und Tomaten

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

10292501Ketchup

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

KA00778Salatgarnitur

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

gemischt*Rohkost

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Fr

31.01.

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 27.01. - 31.01.

Allergeninformationen

Dessert

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








Di
28.01. 14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Mi
29.01. 10357309 Eis Capri
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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

Fr
31.01. 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	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...