

# 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...