

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 31.03. - 04.04.

Vollkost

Mo Chili Con Carne
31.03. Langkornreis

Salatgarnitur

Nährwertangaben pro Portion

1283,0kJ/305,0kcal, Kohlenhydrate 43,0g, Fett 7,0g, Eiweiß 11,0g, Salz 1,0g, gesättigte Fettsäuren 2,0g, Zucker 2,0g



Di Frühlingsrolle veg.
01.04. Gemüsesoße "süß-sauer"
Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion

1619,0kJ/384,0kcal, Kohlenhydrate 76,5g, Fett 3,2g, Eiweiß 7,6g, Salz 2,71g, gesättigte Fettsäuren 0,0g, Zucker 11,1g, Ballaststoffe 0,5g

G, La, S, G1, Sb

Mi Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches
02.04. Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Möhren "naturell"
Backofen Herzoginkartoffeln

Nährwertangaben pro Portion

1819,0kJ/240,0kcal, Fett 20,8g, gesättigte Fettsäuren 5,5g, Kohlenhydrate 46,7g, Zucker 7,1g, Ballaststoffe 3,5g, Eiweiß 12,9g, Salz 3,78g

G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Do Panierte Fischstäbchen aus Alaska-Seelachs
03.04. (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Rahmspinat
Stampfkartoffeln

Nährwertangaben pro Portion

1314,0kJ/313,0kcal, Fett 14,8g, gesättigte Fettsäuren 4,8g, Kohlenhydrate 33,4g, Zucker 0,2g, Ballaststoffe 0,8g, Eiweiß 13,9g, Salz 3,03g

G, G1, Fi, La, M, Me

Fr Erbsensuppe "vegetarisch"
04.04. Geflügelwiener
Brötchen

Nährwertangaben pro Portion

1549,0kJ/369,0kcal, Fett 13,6g, gesättigte Fettsäuren 4,2g, Kohlenhydrate 41,8g, Zucker 2,8g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 16,4g, Salz 2,84g

3, 2, 8 S, Sn, Sb, G, G5, G3, G4, Se, G1

Vegetarisch

Pasta Fusilli
Vegetarische Bolognese
Salatgarnitur

Nährwertangaben pro Portion

1746,0kJ/413,0kcal, Kohlenhydrate 74,0g, Fett 5,6g, Eiweiß 15,9g, Salz 0,95g, gesättigte Fettsäuren 0,4g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 1,3g

G, Sn, Sb, G1, S

Frühlingsrolle veg.
Gemüsesoße "süß-sauer"
Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion

1966,0kJ/465,0kcal, Kohlenhydrate 93,4g, Fett 3,9g, Eiweiß 9,0g, Salz 4,56g, gesättigte Fettsäuren 0,2g, Zucker 24,4g, Ballaststoffe 1,8g

G, La, S, G1, Sb

Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches
Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Möhren "naturell"
Backofen Herzoginkartoffeln

Nährwertangaben pro Portion

2524,0kJ/409,0kcal, Fett 30,0g, gesättigte Fettsäuren 8,0g, Kohlenhydrate 58,7g, Zucker 12,1g, Ballaststoffe 7,2g, Eiweiß 20,1g, Salz 5,16g

G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Falafelbällchen
Rahmspinat
Stampfkartoffeln

Nährwertangaben pro Portion

1451,0kJ/347,0kcal, Fett 19,1g, gesättigte Fettsäuren 5,1g, Kohlenhydrate 36,8g, Zucker 2,7g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 7,6g, Salz 3,07g

Sn, La, M, Me

Erbsensuppe "vegetarisch"
Veganes Wiener-Würstchen
Brötchen

Nährwertangaben pro Portion

1295,0kJ/309,0kcal, Fett 8,6g, gesättigte Fettsäuren 0,2g, Kohlenhydrate 41,8g, Zucker 3,8g, Ballaststoffe 6,0g, Eiweiß 12,4g, Salz 3,84g

1 S, G, G5, G3, G4, Se, G1

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 31.03. - 04.04.

Dessert

Mo Marmor Kuchen
31.03.

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

Di Obst der Saison
01.04.

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
🌿 🍷

Mi Naturjoghurt mit Obst der Saison
02.04.

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

Do Obst der Saison
03.04.

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
04.04.

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 31.03. - 04.04.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo
31.03.

17292306 Chili Con Carne
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14511240*Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
KA00778 Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14793134*Pasta Fusilli
Enthält: **Gluten , Senf , Soja , Weizen**
23577 Vegetarische Bolognese
Enthält: **Gluten , Weizen , Sellerie**
KA00778 Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di
01.04.

18658163 Frühlingsrolle veg.
Enthält: **Gluten , Laktose , Sellerie , Weizen**
24705 Gemüsesoße "süß-sauer"
Enthält: **Soja**
14511240*Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18658163 Frühlingsrolle veg.
Enthält: **Gluten , Laktose , Sellerie , Weizen**
24705 Gemüsesoße "süß-sauer"
Enthält: **Soja**
14511240*Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Mi
02.04.

23765 Veggie-Bällchen "Fresh kick";
Vegetarisches Bällchen auf Soja- und
Weizenbasis in heller Soße
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch ,
Milcheiweiß , Laktose**
32785 Möhren "naturell"
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
18651966 Backofen Herzoginkartoffeln
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

23765 Veggie-Bällchen "Fresh kick";
Vegetarisches Bällchen auf Soja- und
Weizenbasis in heller Soße
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch ,
Milcheiweiß , Laktose**
32785 Möhren "naturell"
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
18651966 Backofen Herzoginkartoffeln
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Do
03.04.

56489 Panierte Fischstäbchen aus Alaska-
Seelachs (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Enthält: **Gluten , Weizen , Fisch**
18651034 Rahmspinat
Enthält: **Laktose**
18651973 Stampfkartoffeln
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

32766 Falafelbällchen
Enthält: **Senf**
18651034 Rahmspinat
Enthält: **Laktose**
18651973 Stampfkartoffeln
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Fr
04.04.

23630 Erbsensuppe "vegetarisch"
Enthält: **Sellerie**
12189441 Geflügelwiener
Enthält: **Senf , Soja , Sellerie**
14385704 Brötchen
Enthält: **Gluten , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer ,
Sesam , Weizen**

23630 Erbsensuppe "vegetarisch"
Enthält: **Sellerie**
18462975 Veganer Wiener-Würstchen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14385704 Brötchen
Enthält: **Gluten , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer ,
Sesam , Weizen**

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 31.03. - 04.04.

Allergeninformationen

Dessert

Mo
31.03. 80226011 Marmor Kuchen
Enthält: **Eier , Gluten , Soja , Weizen**

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

Mi
02.04. 14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

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

Fr
04.04. 14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison
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...