

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 12.01. - 16.01.

Vollkost

Mo
12.01.
Pasta Fusilli tricolore
Vegetarische Bolognese
Salatgarnitur

Nährwertangaben pro Portion
1746,0kj/413,0kcal, Kohlenhydrate 73,0g, Fett 5,6g, Eiweiß 15,9g, Salz 0,95g, gesättigte
Fettsäuren 0,4g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 1,3g
Sn, Sb, G1, G, S

Di
13.01.
Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Grüner Gemüsemix "naturell"
Kräuterquark

Nährwertangaben pro Portion
1975,0kj/472,0kcal, Kohlenhydrate 48,1g, Fett 24,8g, Eiweiß 10,8g, Salz 2,43g, gesättigte
Fettsäuren 10,0g, Zucker 4,1g, Ballaststoffe 2,0g
🌿 M, La, Me

Mi
14.01.
Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
Blumenkohl-Brokkoli "naturell"
Langkornreis

Nährwertangaben pro Portion
1480,0kj/352,0kcal, Fett 7,7g, gesättigte Fettsäuren 3,2g, Kohlenhydrate 45,1g, Zucker 3,5g,
Ballaststoffe 1,5g, Eiweiß 21,7g, Salz 1,81g
🐣 G, G1, M, Me, La

Do
15.01.
Hamburger Brötchen
Rinderhacksteak
Gurken und Tomaten
Ketchup
Salatgarnitur
Backofen Kroketten

Nährwertangaben pro Portion
1795,0kj/428,0kcal, Kohlenhydrate 52,6g, Fett 15,8g, Eiweiß 16,7g, Salz 2,04g, gesättigte
Fettsäuren 6,2g, Zucker 8,8g, Ballaststoffe 0,3g
🌿🐣 9, 10 G1, Se, G, M, Ei, Me, La

Fr
16.01.
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, S, G5, G1

Vegetarisch

Pasta Fusilli tricolore
Vegetarische Bolognese
Salatgarnitur

Nährwertangaben pro Portion
1746,0kj/413,0kcal, Kohlenhydrate 73,0g, Fett 5,6g, Eiweiß 15,9g, Salz 0,95g, gesättigte
Fettsäuren 0,4g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 1,3g
Sn, Sb, G1, G, S

Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Grüner Gemüsemix "naturell"
Kräuterquark

Nährwertangaben pro Portion
2130,0kj/510,0kcal, Kohlenhydrate 51,0g, Fett 25,8g, Eiweiß 13,2g, Salz 3,03g, gesättigte
Fettsäuren 10,1g, Zucker 5,6g, Ballaststoffe 4,8g
🌿 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 2,0g, Zucker 8,1g, Ballaststoffe 0,5g
🌿🐣 G, La, G1, S, Sb

Hamburger Brötchen
Gemüsefrikadelle
Gurken und Tomaten
Ketchup
Salatgarnitur
Backofen Kroketten

Nährwertangaben pro Portion
1535,0kj/365,0kcal, Kohlenhydrate 60,0g, Fett 9,0g, Eiweiß 9,0g, Salz 2,0g, gesättigte
Fettsäuren 2,0g, Zucker 11,0g
9, 10 G1, Se, G, M, Ei, La, 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, S, G5, G1


Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 12.01. - 16.01.

Dessert



Mo Butterstreusel
12.01.

Nährwertangaben pro Portion
1015,0kj/242,0kcal, Kohlenhydrate 32,0g, Fett 11,0g,
Eiweiß 3,0g, Salz 1,0g, gesättigte Fettsäuren 7,0g, Zucker
12,0g
 9, 10 Sb, E, G5, G6, Lp, G3, G4, Sf1, Sf6, G1, Sf3, G,
Sf8, Sf2, Ei, Sf5, G2, La, M



Di Naturjoghurt mit 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
 Me, La, M



Mi Obst der Saison
14.01.

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
 

Do Obst der Saison
15.01.

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 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
 

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 12.01. - 16.01.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo
12.01.

14793097*Pasta Fusilli tricolore
Enthält: **Senf , Soja , Weizen , Gluten**
23577Vegetarische Bolognese
Enthält: **Gluten , Weizen , Sellerie**
KA00778Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14793097*Pasta Fusilli tricolore
Enthält: **Senf , Soja , Weizen , Gluten**
23577Vegetarische Bolognese
Enthält: **Gluten , Weizen , Sellerie**
KA00778Salatgarnitur
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di
13.01.

18661958Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Enthält: **Milch , Laktose**
32729Grüner Gemüsemix "naturell"
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14090165Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

18661958Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt
Enthält: **Milch , Laktose**
32729Grüner Gemüsemix "naturell"
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14090165Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Mi
14.01.

24417Hähnchenfilets "Fresh kick" in heller Soße
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**
32791Blumenkohl-Brokkoli "naturell"
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
14511240*Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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

Do
15.01.

15800480Hamburger Brötchen
Enthält: **Weizen , Sesam , Gluten , Milch**
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 Kroketten
Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

15800480Hamburger Brötchen
Enthält: **Weizen , Sesam , Gluten , Milch**
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 Kroketten
Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

Fr
16.01.

18654929Allgäuer Käsespätzle
Enthält: **Eier , Gluten , Laktose , Sellerie , Dinkel-Weizen**
15239679Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**
KA00918Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18654929Allgäuer Käsespätzle
Enthält: **Eier , Gluten , Laktose , Sellerie , Dinkel-Weizen**
15239679Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**
KA00918Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 12.01. - 16.01.

Allergeninformationen

Dessert

Mo

12.01.

14029356Butterstreusel

Enthält: **Soja , Erdnüsse , Dinkel-Weizen , Khorasan-Weizen , Lupinen , Gerste , Hafer , Mandeln , Paranüsse , Weizen , Walnüsse , Gluten , Macadamia-/Queenslandnüsse , Haselnüsse , Eier , Pecannüsse , Roggen , Laktose , Milch**

Di

13.01.

14007712*Naturjoghurt mit Obst der Saison

Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

Mi

14.01.

KA00829Obst der Saison

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Do

15.01.

KA00829Obst der Saison

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Fr

16.01.

KA00829Obst der Saison

Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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(n)
- 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...