

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 03.11. - 07.11.

Vollkost

Mo
03.11.

Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren
Blumenkohl
Pasta Farfalle
Nährwertangaben pro Portion
2311,0kj/550,0kcal, Fett 17,6g, gesättigte Fettsäuren 6,8g, Kohlenhydrate 76,0g, Zucker 10,0g, Ballaststoffe 1,0g, Eiweiß 21,0g, Salz 1,78g
 G, G1, Ei, M, Me, La, S, Sn, Sb

Di
04.11.

Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße
Langkornreis
Salatgarnitur
Nährwertangaben pro Portion
1369,0kj/326,0kcal, Fett 8,9g, gesättigte Fettsäuren 2,9g, Kohlenhydrate 46,7g, Zucker 2,6g, Ballaststoffe 1,6g, Eiweiß 11,2g, Salz 1,39g
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Mi
05.11.

Gemüseerbseneintopf (BIO)
Mehrkornbrötchen
Nährwertangaben pro Portion
1466,0kj/351,0kcal, Fett 14,4g, gesättigte Fettsäuren 7,3g, Kohlenhydrate 41,0g, Zucker 5,6g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 10,5g, Salz 2,32g
 G, G1, M, Me, La, S, G2, G3, Se

Do
06.11.

Schnitzel vom Hähnchen
Pilzragout nach "Jäger Art"
Backofen Herzoginkartoffeln
Rohkost
Nährwertangaben pro Portion
1600,0kj/196,0kcal, Kohlenhydrate 47,2g, Fett 15,3g, Eiweiß 15,0g, Salz 3,55g, gesättigte Fettsäuren 5,2g, Zucker 4,2g, Ballaststoffe 0,6g
 G1, G, M, Me, La, S

Fr
07.11.

Drillinge
Kräuterquark
Möhren in Sahnesoße
Nährwertangaben pro Portion
1091,0kj/261,0kcal, Kohlenhydrate 32,8g, Fett 9,1g, Eiweiß 8,0g, Salz 1,01g, gesättigte Fettsäuren 5,1g, Zucker 6,6g, Ballaststoffe 2,9g
 La, M, Me, G, G1

Vegetarisch

Veggie "Bullar" Veggie-Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in Soße "Köttbullar Art"
Blumenkohl
Pasta Farfalle

Nährwertangaben pro Portion
2191,0kj/520,0kcal, Fett 13,1g, gesättigte Fettsäuren 4,5g, Kohlenhydrate 79,5g, Zucker 10,8g, Ballaststoffe 2,4g, Eiweiß 19,8g, Salz 1,52g
 G, G1, Ei, Sb, M, Me, La, S, Sn

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

Nährwertangaben pro Portion
2035,0kj/485,0kcal, Fett 17,8g, gesättigte Fettsäuren 5,8g, Kohlenhydrate 57,4g, Zucker 5,3g, Ballaststoffe 3,1g, Eiweiß 19,3g, Salz 2,78g
G, G1, Ei, Sb, M, Me, La

Gemüseerbseneintopf (BIO)
Mehrkornbrötchen

Nährwertangaben pro Portion
1466,0kj/351,0kcal, Fett 14,4g, gesättigte Fettsäuren 7,3g, Kohlenhydrate 41,0g, Zucker 5,6g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 10,5g, Salz 2,32g
 G, G1, M, Me, La, S, G2, G3, Se

"Vit"-Schnitzel Gemüseschnitzel aus Kohlrabi und Pastinake in knuspriger Haferflocken-Panade
Pilzragout nach "Jäger Art"
Backofen Herzoginkartoffeln
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
2590,0kj/425,0kcal, Fett 34,9g, gesättigte Fettsäuren 12,0g, Kohlenhydrate 63,8g, Zucker 7,6g, Ballaststoffe 4,8g, Eiweiß 8,9g, Salz 4,82g
 G, G1, G4, M, Me, La, S

Drillinge
Kräuterquark
Möhren in Sahnesoße

Nährwertangaben pro Portion
1091,0kj/261,0kcal, Kohlenhydrate 32,8g, Fett 9,1g, Eiweiß 8,0g, Salz 1,01g, gesättigte Fettsäuren 5,1g, Zucker 6,6g, Ballaststoffe 2,9g
 La, M, Me, G, G1

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 03.11. - 07.11.

Dessert

Mo Obst der Saison

03.11.

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
 



Obst der Saison

Di Obst der Saison

04.11.

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
 



Obst der Saison

Mi Schokopudding
Vanillesoße

05.11.

Nährwertangaben pro Portion
748,0kj/179,0kcal, Kohlenhydrate 20,0g, Fett 9,0g, Eiweiß
4,0g, Salz 0,0g, gesättigte Fettsäuren 7,0g, Zucker 16,0g
  1 M, La, Me



Schokopudding
Vanillesoße

Do Obst der Saison

06.11.

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
 



Obst der Saison

Fr Naturjoghurt mit Obst der Saison

07.11.

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



Naturjoghurt mit Obst der Saison

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 03.11. - 07.11.

Allergeninformationen

	Vollkost	Vegetarisch
Mo 03.11.	24015 Rindfleischklößchen "Köttbullar" in Sahnesoße mit Preiselbeeren Enthält: Gluten , Weizen , Eier , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie 17043083 Blumenkohl Enthält: keine Allergene gemäß LMIV 14792120* Pasta Farfalle Enthält: Senf , Soja , Weizen , Gluten	23770 Veggie "Bullar" Veggie-Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in Soße "Köttbullar Art" Enthält: Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie 17043083 Blumenkohl Enthält: keine Allergene gemäß LMIV 14792120* Pasta Farfalle Enthält: Senf , Soja , Weizen , Gluten
	23765 Veggie-Bällchen "Fresh kick" Vegetarisches Bällchen auf Soja- und Weizenbasis in heller Soße Enthält: Gluten , Weizen , Eier , Soja , Milch , Milcheiweiß , Laktose	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 KA00778 Salatgarnitur Enthält: keine Allergene gemäß LMIV	14511240* Langkornreis Enthält: keine Allergene gemäß LMIV KA00778 Salatgarnitur Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
	23610 Gemüseerbseneintopf (BIO) Enthält: Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie 14386343 Mehrkornbrötchen Enthält: Roggen , Gluten , Gerste , Weizen , Sesam	23610 Gemüseerbseneintopf (BIO) Enthält: Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie 14386343 Mehrkornbrötchen Enthält: Roggen , Gluten , Gerste , Weizen , Sesam
Mi 05.11.	18662283 Schnitzel vom Hähnchen Enthält: Weizen , Gluten 24362 Pilzragout nach "Jäger Art" Enthält: Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie	32723 "Vit"-Schnitzel Gemüseschnitzel aus Kohlrabi und Pastinake in knuspriger Haferflocken-Panade Enthält: Gluten , Weizen , Hafer , Milch , Milcheiweiß
	18651966 Backofen Herzoginkartoffeln Enthält: Milch , Laktose , Milcheiweiß gemischt* Rohkost Enthält: keine Allergene gemäß LMIV	24362 Pilzragout nach "Jäger Art" Enthält: Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie 18651966 Backofen Herzoginkartoffeln Enthält: Milch , Laktose , Milcheiweiß gemischt* Rohkost Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
	14759918 Drillinge Enthält: keine Allergene gemäß LMIV 14090165 Kräuterquark Enthält: Laktose , Milch , Milcheiweiß	14759918 Drillinge Enthält: keine Allergene gemäß LMIV 14090165 Kräuterquark Enthält: Laktose , Milch , Milcheiweiß
	23780 Möhren in Sahnesoße Enthält: Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose	23780 Möhren in Sahnesoße Enthält: Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose
Fr 07.11.		

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 03.11. - 07.11.

Allergeninformationen

Dessert

Mo
03.11.

KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di
04.11.

KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Mi
05.11.

14060694 Schokopudding
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
10274729 Vanillesoße
Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

Do
06.11.

KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Fr
07.11.

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

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...