

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 19.01. - 23.01.

Vollkost

- Mo**
19.01.
Gyros vom Hähnchen
Tzatziki
Cous Cous orientalisch
Krautsalat Essig und Öl

Nährwertangaben pro Portion
1471,0kJ/352,0kcal, Kohlenhydrate 28,0g, Fett 15,0g, Eiweiß 22,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Zucker 7,0g
 3 Me, La, M, G1, S, G5, G3, G4, G6, Sb, Sn, G2, G, Ei

- Di**
20.01.
Hähnchenrahmgulasch in einer Geflügelsoße
Erbse
Stampfkartoffeln

Nährwertangaben pro Portion
1276,0kJ/305,0kcal, Fett 13,2g, gesättigte Fettsäuren 7,0g, Kohlenhydrate 27,0g, Zucker 3,8g, Ballaststoffe 0,2g, Eiweiß 16,8g, Salz 2,50g
 M, Me, La, S, Sn

- Mi**
21.01.
Feinschmecker Reibekuchen
Apfelmus
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
1776,0kJ/425,0kcal, Fett 20,2g, gesättigte Fettsäuren 1,9g, Kohlenhydrate 50,3g, Zucker 9,9g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 6,0g, Salz 2,06g
 3 G, G1, Ei

- Do**
22.01.
Pizza "Margherita"
Geflügelsalami
geriebener Käse
Rohkost Gurke

Nährwertangaben pro Portion
2621,0kJ/622,0kcal, Kohlenhydrate 86,0g, Fett 18,0g, Eiweiß 26,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 11,0g, Zucker 6,0g
 3, 2 G1, Me, G, M, La

- Fr**
23.01.
Tortelloni-Gratin "Tomate"

Nährwertangaben pro Portion
1614,0kJ/383,0kcal, Fett 13,9g, gesättigte Fettsäuren 6,3g, Kohlenhydrate 44,9g, Zucker 10,6g, Ballaststoffe 6,9g, Eiweiß 15,8g, Salz 3,43g
 G, G1, Ei, M, Me, La

Vegetarisch

- Falafelbällchen
Tzatziki
Cous Cous orientalisch
Krautsalat Essig und Öl

Nährwertangaben pro Portion
1718,0kJ/412,0kcal, Fett 19,1g, gesättigte Fettsäuren 3,1g, Kohlenhydrate 43,8g, Zucker 9,7g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 9,6g, Salz 3,07g
 3 Sn, Me, La, M, G1, S, G5, G3, G4, G6, Sb, G2, G, Ei

- Vegetarische Chicken Nuggets
Braune Rahmsoße
Erbse
Stampfkartoffeln

Nährwertangaben pro Portion
1526,0kJ/366,0kcal, Kohlenhydrate 37,4g, Fett 16,5g, Eiweiß 11,6g, Salz 2,90g, gesättigte Fettsäuren 6,8g, Zucker 5,3g, Ballaststoffe 0,5g
 G, G1, M, Me, La, S

- Feinschmecker Reibekuchen
Apfelmus
Rohkost

Nährwertangaben pro Portion
1776,0kJ/425,0kcal, Fett 20,2g, gesättigte Fettsäuren 1,9g, Kohlenhydrate 50,3g, Zucker 9,9g, Ballaststoffe 3,6g, Eiweiß 6,0g, Salz 2,06g
 3 G, G1, Ei

- Pizza "Margherita"
geriebener Käse
Rohkost Gurke

Nährwertangaben pro Portion
2519,0kJ/597,0kcal, Kohlenhydrate 86,0g, Fett 16,0g, Eiweiß 24,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 10,0g, Zucker 6,0g
 G1, Me, G, M, La

- Tortelloni-Gratin "Tomate"

Nährwertangaben pro Portion
1614,0kJ/383,0kcal, Fett 13,9g, gesättigte Fettsäuren 6,3g, Kohlenhydrate 44,9g, Zucker 10,6g, Ballaststoffe 6,9g, Eiweiß 15,8g, Salz 3,43g
 G, G1, Ei, M, Me, La

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 19.01. - 23.01.

Dessert

- | | | |
|-----------|----------------------------------|---|
| Mo | Obst der Saison | 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 | 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
 |
| 20.01. | | Me, La, M |
| Mi | Donut Schoko | Nährwertangaben pro Portion
386,0kj/93,0kcal, Kohlenhydrate 9,0g, Fett 6,0g, Eiweiß
1,0g, Salz 0,0g, gesättigte Fettsäuren 3,0g, Zucker 2,0g
 |
| 21.01. | | G1, G5, G6, Sb, Sf, Me, G2, La, G, Ei, M |
| Do | Obst der Saison | 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
 |
| 22.01. | | |
| Fr | Obst der Saison | 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
 |
| 23.01. | | |

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 19.01. - 23.01.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

15784834 Gyros vom Hähnchen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

60058652 Tzatziki
Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

Mo

19.01.

18658385 Cous Cous orientalisch
Enthält: **Weizen , Sellerie , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer , Khorasan-Weizen , Soja , Senf , Milcheiweiß , Roggen , Gluten , Eier , Milch**

14110832 Krautsalat Essig und Öl
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

32766 Falafelbällchen
Enthält: **Senf**

60058652 Tzatziki
Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

18658385 Cous Cous orientalisch
Enthält: **Weizen , Sellerie , Dinkel-Weizen , Gerste , Hafer , Khorasan-Weizen , Soja , Senf , Milcheiweiß , Roggen , Gluten , Eier , Milch**

14110832 Krautsalat Essig und Öl
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

23417 Hähnchenrahmgulasch in einer Geflügelsoße
Enthält: **Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie , Senf**

18650785 Erbsen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18651973 Stampfkartoffeln
Enthält: **Milcheiweiß , Milch , Laktose**

18261875 Vegetarische Chicken Nuggets
Enthält: **Gluten , Weizen**

32517 Braune Rahmsoße
Enthält: **Milch , Milcheiweiß , Laktose , Sellerie**

18650785 Erbsen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18651973 Stampfkartoffeln
Enthält: **Milcheiweiß , Milch , Laktose**

56808 Feinschmecker Reibekuchen
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier**

16875500 Apfelmus
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

gemischt* Rohkost
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

56808 Feinschmecker Reibekuchen
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier**

16875500 Apfelmus
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

gemischt* Rohkost
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

17190695 Pizza "Margherita"
Enthält: **Weizen , Milcheiweiß , Gluten , Milch , Laktose**

17190695 Pizza "Margherita"
Enthält: **Weizen , Milcheiweiß , Gluten , Milch , Laktose**

13444532 Geflügelsalami
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14285332 geriebener Käse
Enthält: **Laktose , Milch , Milcheiweiß**

15218414 Rohkost Gurke
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

14285332 geriebener Käse
Enthält: **Laktose , Milch , Milcheiweiß**

15218414 Rohkost Gurke
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

23344 Tortelloni-Gratin "Tomate"
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

23344 Tortelloni-Gratin "Tomate"
Enthält: **Gluten , Weizen , Eier , Milch , Milcheiweiß , Laktose**

Di

20.01.

Vollkost

Vegetarisch

Vollkost

Vegetarisch

Mi

21.01.

Vollkost

Vegetarisch

Vollkost

Vegetarisch

Do

22.01.

Vollkost

Vegetarisch

Vollkost

Vegetarisch

Fr

23.01.

Vollkost

Vegetarisch

Vollkost

Vegetarisch

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 19.01. - 23.01.

Allergeninformationen

Dessert

Mo 19.01.	KA00829 Obst der Saison Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
Di 20.01.	14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison Enthält: Milcheiweiß , Laktose , Milch
Mi 21.01.	18652529 Donut Schoko Enthält: Weizen , Dinkel-Weizen , Khorasan-Weizen , Soja , Schalenfrüchte , Milcheiweiß , Roggen , Laktose , Gluten , Eier , Milch
Do 22.01.	KA00829 Obst der Saison Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
Fr 23.01.	KA00829 Obst der Saison Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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...