

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 26.01. - 30.01.

Vollkost

Mo
26.01.

Lasagne "Bolognese"
Beilagensalat
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
🌱 G1, G, Ei, M

Di
27.01.

Veggie-Frikassee "Frühlings Art"
Geschnetzeltes (auf Erbsen- und Weizenbasis) in heller Gemüsesoße mit Erbsen Möhren und Champignons
Langkornreis
Nährwertangaben pro Portion
1362,0kj/324,0kcal, Fett 9,8g, gesättigte Fettsäuren 1,1g, Kohlenhydrate 45,6g, Zucker 2,1g, Ballaststoffe 4,0g, Eiweiß 8,8g, Salz 1,49g
🌱 🌾 G, G1, Sb

Mi
28.01.

Hot Dog Brötchen
Geflügelwiener
Röstzwiebeln
Gewürzgurkenscheiben
Ketchup
Rohkost
Nährwertangaben pro Portion
1954,0kj/466,0kcal, Kohlenhydrate 51,0g, Fett 21,0g, Eiweiß 12,0g, Salz 3,0g, gesättigte Fettsäuren 8,0g, Zucker 13,0g
🌱 3, 2, 8, 1, 9, 10 G1, G, S, Sn, Sb

Do
29.01.

Tomaten-Mozzarella-Suppe (BIO)
Rindfleisch-Bällchen
Vollkornbrötchen
Nährwertangaben pro Portion
1981,0kj/473,0kcal, Fett 20,8g, gesättigte Fettsäuren 6,9g, Kohlenhydrate 48,2g, Zucker 9,4g, Ballaststoffe 5,4g, Eiweiß 19,8g, Salz 4,64g
🌱 🌾 G, G1, M, Me, La, Ei, Sn, G3, G4, (E), (Sf)

Fr
30.01.

Alaska-Seelachs in Backteig "Nordische Art" (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Kräuterquark
Gemüse-Quinoa-Pfanne (BIO) mit Fairtrade Quinoa
Nährwertangaben pro Portion
1466,0kj/349,0kcal, Fett 11,0g, gesättigte Fettsäuren 3,8g, Kohlenhydrate 40,4g, Zucker 6,2g, Ballaststoffe 5,3g, Eiweiß 17,1g, Salz 1,72g
🌱 🌾 G, G1, Fi, M, La, Me

Vegetarisch

Kartoffel-Kichererbsen-Pfanne mit Spinat und Weichkäse
Erbsenliebblinge grüne Herzen aus Erbsen in Mehrsaatenpanade
Kräuterquark
Nährwertangaben pro Portion
2038,0kj/488,0kcal, Fett 23,8g, gesättigte Fettsäuren 7,6g, Kohlenhydrate 39,6g, Zucker 7,8g, Ballaststoffe 9,3g, Eiweiß 21,4g, Salz 2,64g
🌱 M, Me, La, G, G1

Veggie-Frikassee "Frühlings Art"
Geschnetzeltes (auf Erbsen- und Weizenbasis) in heller Gemüsesoße mit Erbsen Möhren und Champignons
Langkornreis
Nährwertangaben pro Portion
1527,0kj/364,0kcal, Fett 12,2g, gesättigte Fettsäuren 1,4g, Kohlenhydrate 48,0g, Zucker 2,6g, Ballaststoffe 5,0g, Eiweiß 10,2g, Salz 1,86g
🌱 🌾 G, G1, Sb

Hot Dog Brötchen
Veganes Wiener-Würstchen
Röstzwiebeln
Gewürzgurkenscheiben
Ketchup
Rohkost
Nährwertangaben pro Portion
1700,0kj/406,0kcal, Kohlenhydrate 51,0g, Fett 16,0g, Eiweiß 8,0g, Salz 4,0g, gesättigte Fettsäuren 4,0g, Zucker 14,0g
🌱 1, 9, 10 G1, G

Tomaten-Mozzarella-Suppe (BIO)
Vollkornbrötchen
Nährwertangaben pro Portion
1562,0kj/373,0kcal, Fett 14,1g, gesättigte Fettsäuren 6,5g, Kohlenhydrate 45,2g, Zucker 12,5g, Ballaststoffe 5,9g, Eiweiß 12,6g, Salz 3,26g
🌱 G, G1, M, Me, La, G3, G4, (E), (Sf)

Erbsenliebblinge grüne Herzen aus Erbsen in Mehrsaatenpanade
Kräuterquark
Gemüse-Quinoa-Pfanne (BIO) mit Fairtrade Quinoa
Nährwertangaben pro Portion
1775,0kj/425,0kcal, Fett 17,3g, gesättigte Fettsäuren 4,4g, Kohlenhydrate 42,6g, Zucker 9,5g, Ballaststoffe 8,8g, Eiweiß 17,5g, Salz 1,76g
🌱 G, G1, M, La, Me

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 26.01. - 30.01.

Dessert

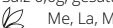
Mo Obst der Saison
26.01.

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
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



Mi Eis Capri
28.01.

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



Do Obst der Saison
29.01.

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
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



Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 26.01. - 30.01.

Allergeninformationen

Vollkost

Vegetarisch

Mo
26.01.

KA00080 Lasagne "Bolognese"
Enthält: **Weizen , Gluten , Eier , Milch**
KA00918 Beilagensalat
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

32309 Kartoffel-Kichererbsen-Pfanne | mit Spinat und Weichkäse
Enthält: **Milch , Milcheiweiß , Laktose**
32725 Erbsenliebblinge | grüne Herzen aus Erbsen in Mehrsaatenpanade
Enthält: **Gluten , Weizen**
14090165 Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**

Di
27.01.

23773 Veggie-Frikassee "Frühlings Art" | Geschnetzeltes (auf Erbsen- und Weizenbasis) in heller Gemüsesoße mit Erbsen, Möhren und Champignons
Enthält: **Gluten , Weizen , Soja**
14511240* Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

23773 Veggie-Frikassee "Frühlings Art" | Geschnetzeltes (auf Erbsen- und Weizenbasis) in heller Gemüsesoße mit Erbsen, Möhren und Champignons
Enthält: **Gluten , Weizen , Soja**
14511240* Langkornreis
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Mi
28.01.

18058871 Hot Dog Brötchen
Enthält: **Weizen , Gluten**
12189441 Geflügelwiener
Enthält: **Sellerie , Senf , Soja**
15239679 Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**
14825279 Gewürzgurkenscheiben
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
10292501 Ketchup
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
gemischt* Rohkost
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

18058871 Hot Dog Brötchen
Enthält: **Weizen , Gluten**
18462975 Veganes Wiener-Würstchen
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
15239679 Röstzwiebeln
Enthält: **Gluten , Weizen**
14825279 Gewürzgurkenscheiben
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
10292501 Ketchup
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV
gemischt* Rohkost
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Do
29.01.

23909 Tomaten-Mozzarella-Suppe (BIO)
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**
18657227 Rindfleisch-Bällchen
Enthält: **Eier , Gluten , Senf , Laktose , Milch , Weizen , Milcheiweiß**
89513 Vollkornbrötchen
Enthält: **Gluten , Weizen , Gerste , Hafer , (Erdnüsse) , (Schalenfrüchte)**

23909 Tomaten-Mozzarella-Suppe (BIO)
Enthält: **Gluten , Weizen , Milch , Milcheiweiß , Laktose**
89513 Vollkornbrötchen
Enthält: **Gluten , Weizen , Gerste , Hafer , (Erdnüsse) , (Schalenfrüchte)**

Fr
30.01.

32470 Alaska-Seelachs in Backteig "Nordische Art" | (aus nachhaltiger Fischwirtschaft)
Enthält: **Gluten , Weizen , Fisch**
14090165 Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
23819 Gemüse-Quinoa-Pfanne (BIO), mit Fairtrade Quinoa
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

32725 Erbsenliebblinge | grüne Herzen aus Erbsen in Mehrsaatenpanade
Enthält: **Gluten , Weizen**
14090165 Kräuterquark
Enthält: **Milch , Laktose , Milcheiweiß**
23819 Gemüse-Quinoa-Pfanne (BIO), mit Fairtrade Quinoa
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Erzbischöfliche Kölner Domsingschule 26.01. - 30.01.

Allergeninformationen

Dessert

Mo
26.01. KA00829 Obst der Saison
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

Di
27.01. 14007712* Naturjoghurt mit Obst der Saison
Enthält: **Milcheiweiß , Laktose , Milch**

Mi
28.01. 10357309 Eis Capri
Enthält: keine Allergene gemäß LMIV

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

Fr
30.01. KA00829 Obst 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...