










## Wochenspeiseplan für Piaristengymnasium 2 Woche

Das Kulinarario Team wünscht "guten Appetit" und eine erholsame Pause!

| Montag   |   |                              |  |
|--|---|------------------------------|--|
| Menü 1<br>      | Gelbe Rübensuppe (A,G,L), Erdäpfelgulasch (A,G), Semmel (A,F)                             | 507<br>16 g<br>17 g<br>71 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Menü 2   | Gelbe Rübensuppe (A,G,L), Spaghetti Carbonara (vegetarisch) (A,C,G,L), Tomatensalat (O)   | 628<br>17 g<br>23 g<br>87 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Dienstag   |   |                              |  |
| Menü 1<br>   | Putennaturschnitzel (C,G), zweierlei Reis (G), Chinakohlsalat (O), Obst nach Saison       | 573<br>38 g<br>15 g<br>68 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Menü 2   | Quinoa-Gemüsepfanne (F), Chinakohlsalat (O), Obst nach Saison                             | 447<br>9 g<br>16 g<br>55 g   | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Mittwoch   |   |                              |  |
| Menü 1<br>      | Erdäpfelsuppe (A,G,L), Lasagne(Rind) (A,C,G,L), Gurkensalat (O)                           | 775<br>32 g<br>42 g<br>71 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Menü 2   | Erdäpfelsuppe (A,G,L), Gemüselasagne (A,C,G,L), Gurkensalat (O)                           | 679<br>22 g<br>35 g<br>70 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Donnerstag   |   |                              |  |
| Menü 1<br>   | Putengeschnetzeltes (A,G), Nockerl (A,C), Eisbergsalat (O), Biskuitroulade (A,C)          | 686<br>33 g<br>20 g<br>92 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Menü 2<br>   | Gnocchi mit Paradeissauce (A,C,G), Parmesan (C,G), Eisbergsalat (O), Biskuitroulade (A,C) | 641<br>17 g<br>14 g<br>111 g | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Freitag  |   |                              |  |
| Menü 1<br>  | Lauch-Grießsuppe (A,G,L), Gebackenes Seelachsfilet (A,D), Reis, Erdäpfelsalat (L,M)       | 566<br>23 g<br>19 g<br>74 g  | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |
| Menü 2   | Lauch-Grießsuppe (A,G,L), Apfelstrudel (A,G), Vanillesauce (G)                            | 650<br>12 g<br>19 g<br>105 g | Kcal<br>Eiw eiß<br>Fett<br>Kohlenhydrate |



### Deklarationspflichtige Zusatzstoffe und Allergeninformation gemäß Codexempfehlung

1 = Aspartam, A = glutenhaltiges Getreide, B = Krebstiere, C = Ei, D = Fisch, E = Erdnuss, F = Soja, G = Milch oder Laktose, H = Schalenfrüchte, L = Sellerie, M = Senf, N = Sesam, O = Sulfite, P = Lupinen, R = Weichtiere