






## Wochenspeiseplan für Piaristengymnasium



### Woche 3



Das Kulinarario Team wünscht guten Appetit und eine erholsame Pause!

Montag			
Menü 1 	Faschierter Braten (Kalb/Rind) (A,C), Bratensauce (G,L), Erdäpfelpüree (G), Eisbergsalat (O), Banane	513 26 g 17 g 65 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Spinatknödel (A,C,F,G), Käsesauce (A,C,G,L), Eisbergsalat (O), Banane	662 24 g 27 g 82 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

Dienstag			
Menü 1	Lauchcremesuppe (G), Erdbeerknödel (A,C,G,H), Mango-Joghurt-Dessert (G)	687 24 g 27 g 86 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Lauchcremesuppe (G), Pizza Margherita (A,F,G), Bunter Blattsalatmix (O)	649 29 g 26 g 72 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

Mittwoch			
Menü 1 	Gebackenes Putenschnitzel (A,C), Zitronenspalte, Petersilerdäpfel (G), Fisolen, Früchtecocktail	433 26 g 9 g 59 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Erdnusscurry (E), Basmatireis, Eisbergsalat (O), Früchtecocktail	379 11 g 12 g 56 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

Donnerstag			
Menü 1 	Eiermuschelsuppe (A,C,L), Vegetarische Gyrospfanne (A,F,L), Reis, Gurkensalat (O), Marillenkuchen (A,C,G)	561 18 g 20 g 77 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Eiermuschelsuppe (A,C,L), Spaghetti Carbonara (A,C,G,L), Gurkensalat (O)	622 23 g 20 g 86 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate

Freitag			
Menü 1 	Gegrillte Lachsschnitte (D), Kräutersauce (G,L), Bandnudeln (A,C), Salat (O), Schokopudding (G)	619 35 g 28 g 62 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Gebratener Reis mit Chinagemüse (A,C,F,N), Salat (O), Schokopudding (G)	515 17 g 14 g 79 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate



**GUT ZU WISSEN!**

WIR VERWENDEN FOLGENDE PRODUKTE AUS ÖSTERREICH:

**Rind:** Österreich, 99%  
**Schwein:** Österreich, 97%  
**Geflügel:** Österreich, 90%  
**Milchprodukte:** Österreich, 98%  
**Flüssigei:** Österreich, 99%  
 Bodenhaltung

**GUT ZU WISSEN!**

**Rind:** EU, 1%  
**Schwein:** EU, 3%  
**Geflügel:** EU, 10%  
**Kalb:** Österreich, EU  
**Milchprodukte:** EU, 2%  
**Flüssigei:** EU, 1%

Fleisch: Österreich = 3 x AT (geboren/ gemästet/ geschlachtet)  
 Milch: Österreich = 2 x AT (gemolken/ verarbeitet)

Änderungen am Speiseplan vorbehalten. 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