









Wochenspeiseplan für International Christian School of Vienna

7. Woche

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

Montag 11. Februar			
Menü 1  	Eintropfsuppe (A,C,L), Kalbsgeschnetzeltes (A,F,G,L), Spiralen (A,C), Eisbergsalat (O), Fruchtjoghurt (G)	697 36 g 24 g 82 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Eintropfsuppe (A,C,L), Marmeladepalatschinken (A,C,G), Fruchtjoghurt (G)	712 18 g 30 g 91 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Dienstag 12. Februar			
Menü 1 	Grießnockerlsuppe (A,C,L), Hühnernuggets (A,C), Wedges, Ketchup, Eisbergsalat (O), Schokocroissant (A,C,F,G,H)	1189 40 g 56 g 125 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Grießnockerlsuppe (A,C,L), Röstischmankerln, Champignons (G), Joghurtdip (G), Eisbergsalat (O), Schokocroissant (A,C,F,G,H)	772 16 g 37 g 85 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Mittwoch 13. Februar			
Menü 1 	Buchstabensuppe (A,C,L), gegrillte Lachsschnitte (D), Kräutersauce (G,L), Basmatireis, Eisbergsalat (O), Obst nach Saison	770 34 g 29 g 92 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Buchstabensuppe (A,C,L), Mini-Frühlingsrollen (A,F), Sauerrahm-Curry-Dip (G), Eisbergsalat (O), Obst nach Saison	690 9 g 37 g 56 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Donnerstag 14. Februar			
Menü 1  	Butternockerlsuppe (A,C,G,L), Rindfleisch-Patties (C,G), Sour-Cream-Dip (G), Süßkartoffel Wedges, Eisbergsalat (O), Apfelkuchen (A,C,G,H)	1020 36 g 56 g 80 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2 	Butternockerlsuppe (A,C,G,L), Bunte Reispfanne vegetarisch (N), Eisbergsalat (O), Apfelkuchen (A,C,G,H)	745 17 g 35 g 80 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Freitag 15. Februar			
Menü 1 	Kräuterfrittatensuppe (A,C,G,L), Gebackene Hühnerfiletspitzen (A,C), Ketchup, Reis, Eisbergsalat (O), Obst nach Saison	1495 29 g 105 g 110 g	Kcal Eiw eiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Kräuterfrittatensuppe (A,C,G,L), Gnocchi (A,C), Käsesauce (A,C,G,L), Eisbergsalat (O), Obst nach Saison	743 18 g 23 g 113 g	Kcal Eiw eiß Fett 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

 100% pflanzlich
  enthält Alkohol
  Fair
  Fisch
  Geflügel
  Knoblauch
  Lamm
 Meeresfrüchte
 Rind/Kalb
 Schwein
 Wild / **Symbole kennzeichnen ausschließlich das Hauptgericht**