

Unser Speisangebot ist von der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) zertifiziert und unsere Fische stammen aus einer MSC-zertifizierten Fischerei. www.msc.org/at MSC-C-51742



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



Woche 38

14.09. - 18.09.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

laktosefrei
vegetarisch
schweinefleischfrei

Montag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Kichererbsen-Eintopf A
Vollkorncouscous A
Birne



Glutenfreies Menü

Hühnercurry mit Basmatireis M
dazu Chinakohlsalat
mit klarer Marinade M
Birne



Laktosefreies Menü

Confettisuppe L
Mohnnudeln mit Apfelmus A,C

Dienstag

Mittwoch



Tagesmenü 1

BIO-Paprikahendl-Ragout A,G
BIO-Hörnchen A
BIO-Erbsen natur G
Vollkorn- Dinkelkuchen mit Schokoglasur
A,C,F,G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Zartweizenrisotto A,C,G
Gurkensalat mit Rahm C,G,M
Sonnenblumenkerne
Vollkorn- Dinkelkuchen mit Schokoglasur
A,C,F,G



Glutenfreies Menü

**Erdäpfel- Broccoliauflauf mit
Kräutersauce C,G**
dazu Grüner Salat
mit klarer Marinade M
BIO-Äpfel



Laktosefreies Menü

Gemüsesuppe mit Grießknödel A,C,L
**Seelachsfilet in Tomaten-
Basilikumsauce mit grünen
Bandnudeln A,D**
dazu Grüner Salat
mit klarer Marinade M

Donnerstag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

Vollkorn-Putenschinkenfleckerl A
dazu Gärtner Mix Salat
Joghurtkräuter dressing C,G,M
BIO-Äpfel



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Krautfleckerl A,C
Roter Rübensalat O
BIO-Äpfel



Glutenfreies Menü

Hascheespiralen L
dazu Gärtner Mix-Salat
mit klarer Marinade M
Kiwi



Laktosefreies Menü

**Faschierter Braten vom Rind mit
Püree C,G,L**
dazu Gärtner Mix-Salat
mit klarer Marinade M
Kiwi

Freitag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Faschierter Braten A,C,G
BIO-Stampf-kartoffelpüree G
BIO-Fitgemüse G
BIO-Fruchtjoghurt G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Bärbl und Bärnd Süßkartoffelbären A,C
Rahmspinat A,G
dazu Sport Mix Salat
BIO-Essig-Öl-Dressing
BIO-Fruchtjoghurt G



Glutenfreies Menü

Gemüsecremesuppe G,L
**Marillenpalatschinken mit
Birnenkompott C,G**



Laktosefreies Menü

**Linsen- Gemüseintopf mit
Bratkartoffeln L,M**
BIO-Äpfel

Voll viel Österreich! Mehr dazu auf: www.gourmet-kids.at/wir-kochen/regional

„50 % BIO-Anteil!“

www.gourmet-kids.at



Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung
A = glutenhaltiges Getreide E = Erdnuss
B = Krebstiere F = Soja
C = Ei G = Milch oder Laktose
D = Fisch H = Schalenfrüchte

L = Sellerie
M = Senf
N = Sesam
O = Sulfite

P = Lupinen
R = Weichtiere

Das gesamte BIO-Sortiment wird durch die Austria-BIO-Garantie AT-BIO-301 geprüft.

