



DEIN SPEISEPLAN

OVS Lerngemeinschaft Gasgasse,
Expos. d. GTVS Friedrichplatz

WWF Österreich
und GOURMET
setzen sich für
klimafreundliche
Ernährung ein.



GOURMET
KIDS

Woche 39

21.09. - 25.09.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

laktosefrei
vegetarisch
schweinefleischfrei

Montag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Chili con Carne

Vollkorncouscous A

Gemischtes Kompott



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Dinkel-Zoonudeln A

BIO-Wiener-Tomatensauce A

und Hartkäse gerieben C,G

Chinakohlsalat

Joghurtkräuter dressing C,G,M

Gemischtes Kompott



Glutenfreies Menü

Wikinger- Powerbällchen in

Obersauce mit Kartoffeln C,G

dazu Chinakohlsalat

mit klarer Marinade M

BIO-Äpfel

Dienstag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

BIO-Linsen-Karottencremesuppe A

Planted Knusperfilet A,L

BIO-Kartoffelpüree G

Omas Gartengemüse



Glutenfreies Menü

Gemüsecremesuppe G,L

Kaiserschmarren mit

Zwetschkenröster C,G



Laktosefreies Menü

Spaghetti mit Sauce Bolognese L

dazu Eisbergsalat

mit klarer Marinade M

Birne

Mittwoch



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Sonnenblümchen-Mais-Gemüselaibchen A,C,G

Jasminreis

Gemüse Kunterbunt G

Zucchini-Nuss-Dinkel-Vollkornkuchen

A,C,F,G,H



Tagesmenü 4

Putenleberkäse geb. A,C,G

BIO-Petersilkartoffeln

dazu Grüner Salat

American Dressing C,G,M

Sonnenblumenkerne

Zucchini-Nuss-Dinkel-Vollkornkuchen

A,C,F,G,H



Glutenfreies Menü

Kichererbseneintopf mit Jasminreis

Banane

Donnerstag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

Fischnuggets A,C,D,G

BIO-Salzkartoffeln

Gemüsemischung natur

Schnittlauch-Dip C,G,M

BIO-Fruchtjoghurt G



Tagesmenü 3 - vegetarisch

Käsespätzle A,C,G

Roter Rübensalat O

BIO-Fruchtjoghurt G



Glutenfreies Menü

Mini-Penne mit Tomatenragout

dazu Gärtner Mix-Salat

mit klarer Marinade M

Kiwi

Freitag



Tagesmenü 2 - schweinefleischfrei

Hühnerkebab G

BIO-Reis

Gurkensalat mit Rahm C,G,M

BIO-Äpfel



Tagesmenü 3 - vegetarisch

BIO-Kartoffel-Spinatgratin C,G

Letschogemüse

BIO-Äpfel



Glutenfreies Menü

Klare Selleriesuppe L

MSC- Wildlachsstücke in Rahmsauce

mit Salzerdäpfeln D,G



Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung

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

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

„50 % BIO-Anteil!“

www.gourmet-kids.at



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

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 39

21.09. - 25.09.2026

Speiseplanänderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

schweinefleischfrei
vegetarisch
laktosefrei

Montag



Laktosefreies Menü

Confettisuppe L

Milchreis mit Beerenröster G

Dienstag

Mittwoch



Laktosefreies Menü

Gemüsesuppe mit Grießnockerl A,C,L

Backfisch mit Petersilerdäpfeln D

dazu Grüner Salat

mit klarer Marinade M

Donnerstag



Laktosefreies Menü

Cevapcici vom Huhn mit Erdäpfelpüree

und buntem Gemüse A,C,G,M

Kiwi

Freitag



Laktosefreies Menü

Polentaherzen mit Gemüseallerlei G

BIO-Apfel



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

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

www.gourmet-kids.at

„50 % BIO-Anteil!“



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