

## Wochenspeiseplan für Europaschule

### vom 02. Februar 2026 - 06. Februar 2026

Das Kulinario Team wünscht guten Appetit und eine erholsame Pause!

#### Montag 02. Februar

Menü 1	VK-Spaghetti mit Gemüsesugo (A,L), Parmesan (C,G), Karottensalat (O), Obst nach Saison	485 17 g 10 g 78 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Zürcher Geschnetzeltes (A,G,L), Vollkornnockerl (A,C), Karottensalat (O), Obst nach Saison	495 26 g 12 g 69 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate

#### Dienstag 03. Februar

Menü 2	Schwammerlsuppe (G), Apfelstrudel (Strudelteig) (A,G), Vanillesauce (G)	659 11 g 23 g 99 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
--------	---	-----------------------------	---

#### Mittwoch 04. Februar

Menü 1	Nudelsuppe (A,L), Erdnusscurry (E), Basmatireis, Vitalsalat (O)	521 15 g 22 g 66 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Nudelsuppe (A,L), Wurstknödel (A,C), Gulaschsaft, Sauerkraut (L)	520 24 g 12 g 75 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate

#### Donnerstag 05. Februar

Menü 1	Cevapcici, Djuvec Reis (L), Gurkensalat (O), Obst nach Saison	740 28 g 37 g 75 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Überbackene Gemüsenockerl (A,C,G), Gurkensalat (O), Obst nach Saison	610 26 g 22 g 77 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate

#### Freitag 06. Februar

Menü 1	Zucchinicremesuppe (A,G,L), Erdäpfelgulasch (A,G,L), Vitalweckerl (A,N), Eisbergsalat (O)	593 24 g 25 g 65 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate
Menü 2	Zucchinicremesuppe (A,G,L), VK-Grießauflauf (A,C,G), Erdbeersauce	556 22 g 18 g 74 g	Kcal Eiweiß Fett Kohlenhydrate



#### 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