

# Speiseplan Januar 2019

## Grundschule Schulzendorf (18)



\* Speiseplan enthält  
ausgewählte Bioprodukte  
kontrolliert durch die  
DE-ÖKO-070



### 1. Woche vom 01.01. - 04.01.2019

**Di** *Neujahr*

<b>Mi</b>	I	Milchreis, Zucker und Zimt und Apfelmus <sup>3</sup> 13,19	706kcal,14gE,15gF,130gK
<b>Do</b>	I	Rührei mit Broccoli in holl. Soße, Salzkartoffeln und Obst 13,15,18	526 kcal,24gE,22gF,50gK
<b>Fr</b>	I	Putengeschnetzeltes mit buntem Gemüse, Salzkartoffeln und frischem Salat 13,20,21	650kcal,16gE,42gF,79gK

### 2. Woche vom 07.01. - 11.01.2019

<b>Mo</b>	I	Grießbrei mit heißen Erdbeeren und Obst 13,19	620 kcal,16gE,15gF,93gK
	II	Brühreis mit Geflügelfleisch und Gemüse, dazu Obst 13,20,21	419kcal,21gE,8gF,65gK
<b>Di</b>	I	Farfalle mit Broccoli-Käsesoße und Fruchtquark 13,15,19	582kcal,20gE,21gF,110gK
	II	Schweinelachsschnitzel mit Kaisergemüse, Salzkartoffeln und Fruchtquark 13,15,19,20	753kcal,38gE,40gF,79gK
<b>Mi</b>	I	Gekochte Eier in Senfsoße, Salzkartoffeln und Möhrenrohkostsalat 13,15,20	416kcal,18gE,17gF,49gK
	II	Fischragout vom Seelachs mit Gemüse, Reis od. Salzkartoffeln und Möhrenrohkostsalat 13,16,18,21,22	705kcal,28gE,21gF,102gK
<b>Do</b>	I	Hausgemachte Eierkuchen mit Apfelmus <sup>3</sup> und Bio-Obst 13,15,19	582kcal,16gE,20gF,110gK
	II	Erbseneintopf mit Rauchfleisch <sup>5</sup> und Bio-Obst 13,19,20,21	620kcal,24gE,34gF,69gK
<b>Fr</b>	I	Kräuterquark <sup>V</sup> mit Salzkartoffeln und Gurkensalat 19	490kcal,28gE,17gF,71gK
	II	Thür. Rostbratwurst mit Sauerkraut, Salzkart. od. Püree 13,19	650kcal,16gE,42gF,79gK

### 3. Woche vom 14.01. - 18.01.2019

<b>Mo</b>	I	Germknödel mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße u. Obst 13,15,19	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Pichelsteiner Eintopf <sup>6</sup> Brot und Obst 13,20,21	520kcal,16gE,19gF,78gK
<b>Di</b>	I	Jägerschnitzel <sup>5</sup> mit Makkaroni, Tomatensoße und Weißkraut-Mais-Salat 13,15,21	529kcal,18gE,17gF,56gK
	II	Möhren-Mais-Gemüse mit Rahmsoße, Salzkartoffeln und Weißkraut-Mais-Salat 13,20	312kcal,7gE,5gF,55gK
<b>Mi</b>	I	Kartoffelpuffer mit Zucker und Apfelmus <sup>3</sup> 13,15,19	750kcal,10gE,38gF,103gK
	II	Kesselgulasch <sup>5</sup> Brot und Apfelmus <sup>3</sup> 13,20,21	529kcal,18gE,17gF,56gK
<b>Do</b>	I	Fischburger <sup>Seelachs</sup> mit Kräutersoße, Reis od. Salzkart. u. Bio-Obst 13,16,18,20,21	475Kcal, 22gE,10gF,74gK
	II	Eierfrikassee mit bt. Gemüse, Salzkart. und Bio-Obst 13,15	591kcal,36gE,20gF,71gK
<b>Fr</b>	I	Kohlroulade <sup>5</sup> mit Salzkartoffeln o. Püree und Vanillejoghurt 13,15,19	780kcal,28gE,20gF,98gK
	II	Nudel-Gemüse-Pfanne <sup>V</sup> m. Kräutersoße und Vanillejoghurt 13,15,19,20,21	582kcal,20gE,21gF,86gK

### 4. Woche vom 21.01. - 25.01.2019

<b>Mo</b>	I	Hefeklöße mit Waldfrüchten und Obst 13,19	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Möhreneintopf mit Schweinefleisch und Obst 13,20,21	516kcal,15gE,18gF,76gK
<b>Di</b>	I	Gemüseschnitzel mit Petersiliensoße, Salzkartoffeln u. Schokopudding mit Vanillesoße 13,15,19,20,21	753kcal,24gE,21gF,101gK
	II	Spaghetti Napoli, Reibekäse u. Schokopudding mit Vanillesoße 13,15,19,21	529kcal,18gE,17gF,56gK
<b>Mi</b>	I	Backfischfilet mit Meerrettichcremesoße, Reis od. Salzkartoffeln u. Rohkostsalat 13,16,19	620kcal,22gE,20gF,73gK
	II	China-Pfanne mit Geflügelfleisch, Reis und Rohkostsalat 13,18,21	712kcal,36gE,25gF,108gK

# Speiseplan Januar 2019

## Grundschule Schulzendorf (18)



\* Speiseplan enthält  
ausgewählte Bioprodukte  
kontrolliert durch die  
DE-ÖKO-070



Do	I	Weißer Bohneneintopf mit Kasslerfleisch <sup>S</sup> , Brot und Bio-Obst <sup>13,24</sup>	620kcal, 25gE, 9gF, 99gK
	II	Gek. Eier in pikanter Soße mit Salzkartoffeln u. Bio-Obst <sup>13,15,18</sup>	416kcal, 18gE, 17gF, 49gK
Fr	I	Frische Blutwurst <sup>S</sup> mit Sauerkraut, Salzkartoffeln <sup>13</sup>	710kcal, 30gE, 22gF, 105gK
	II	Tortellini mit Käsefüllung <sup>V</sup> , Tomatensoße und Rohkostsalat <sup>13,15,19</sup>	526 kcal, 24gE, 22gF, 50gK

### 5. Woche vom 28.01. - 01.02.2019

Mo	I	Quarkkeulchen mit Zucker, Apfelmus <sup>3</sup> und Obst <sup>13,19</sup>	517kcal, 8gE, 12gF, 79gK
	II	Bulette <sup>S</sup> mit Butterbohnen, Salzkartoffeln und Obst <sup>13,15</sup>	690kcal, 35gE, 19gF, 98gK
Di	I	Rindergulasch <sup>R</sup> mit Nudeln und Bohnensalat <sup>13</sup>	626kcal, 35gE, 22gF, 73gK
	II	Schupfnudelpfanne <sup>V</sup> mit Tomatensoße und Bohnensalat <sup>13,15</sup>	582kcal, 20gE, 21gF, 86gK
Mi	I	Steckrüben Eintopf <sup>F</sup> mit Rauchfleisch, Brot und Vanillepudding mit Fruchtsoße <sup>13,19,20,21</sup>	520kcal, 16gE, 19gF, 78gK
	II	Fischfrikadelle mit Dillsoße, Reis od. Salzkart. u. Vanillepudding mit Fruchtsoße <sup>13,16,18,20,21</sup>	475Kcal, 22gE, 10gF, 74gK
Do	I	Zwiebelrostbraten <sup>S</sup> mit Rotkohl, Salzkartoffeln u. Bio-Obst <sup>13</sup>	490kcal, 28gE, 15gF, 59gK
	II	Gemüsegulasch mit Püree, Rohkost und Bio-Obst <sup>13,19,21</sup>	312kcal, 7gE, 5gF, 55gK

Änderungen vorbehalten!

*Ferien- und Feiertage sind rot gekennzeichnet!*

### Ein gesundes neues Jahr wünscht das Team vom Menü-Service Wildau

Speisen- und Partyservice

Kommenda-Herbst-Straße 1 / Industriegelände  
15745 Wildau

Bürozeiten: Mo - Fr: 6:30 - 14:00 Uhr

IBAN: DE32 1605 0000 3662 0203 18

BIC: WELADED1PMB

Tel: 03375 - 551001

Fax: 03375 - 550759

schule@kantine-wildau.de

**Abgabe bis: 11.12.2018**

**Kassierung ab: 17.12.2018**

**Ausgabe ab: 18.12.2018**

Bitte ankreuzen!

Bankeinzug

Überweisung

Name, Vorname: ..... KI. ....

Anzahl der Essen: ..... x 2,40 = ..... EUR, KI. 1-6

Anzahl der Essen: ..... x 3,30 = ..... EUR, Lehrer

Zutaten, die zu den häufigsten Auslösern von Lebensmittelallergien gehören (Kennzeichnung nach Lebensmittel-Informationsverordnung (LMIV) der EU, Nr. 1169/2011):

2 - mit Konservierungsmittel	VK - Vollkorn	13 = enth. Gluten	18 = enth. Soja (gen-tech-frei)	23 = enth. Sesam
3 - mit Süßungsmittel	V - Vegetarisch	14 = enth. Krebstiere	19 = enth. Milch einschl. Laktose	24 = enth. Schwefeldioxid/Sulfite
E - Eiweiß	S - vom Schwein	15 = enth. Ei	20 = enth. Schalenfrüchte	25 = enth. Lupinen
F - Fett	R - Rind	16 = enth. Fisch	21 = enth. Sellerie	26 = enth. Weichtiere
K - Kohlenhydrate		17 = enth. Erdnüsse	22 = enth. Senf	

