

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*

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

2. Woche vom 07.01. - 11.01.2019

Mo	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
Di	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
Mi	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
Do	I Hausgemachte Eierkuchen mit Apfelmus ³ und Bio-Obst 13,15,19	582kcal, 16gE, 20gF, 110gK
	II Erbseneintopf mit Rauchfleisch ⁵ und Bio-Obst 13,19,20,21	620kcal, 24gE, 34gF, 69gK
Fr	I Kräuterquark ^v 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

Mo	I Germknödel mit Heidelbeerfüllung und Vanillesoße u. Obst 13,15,19	555kcal, 11gE, 6gF, 113gK
	II Pichelsteiner Eintopf ⁶ Brot und Obst 13,20,21	520kcal, 16gE, 19gF, 78gK
Di	I Jägerschnitzel ⁵ 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
Mi	I Kartoffelpuffer mit Zucker und Apfelmus ³ 13,15,19	750kcal, 10gE, 38gF, 103gK
	II Kesselgulasch ⁵ Brot und Apfelmus ³ 13,20,21	529kcal, 18gE, 17gF, 56gK
Do	I Fischburger ^{Seelachs} 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
Fr	I Kohlroulade ⁵ mit Salzkartoffeln o. Püree und Vanillejoghurt 13,15,19	780kcal, 28gE, 20gF, 98gK
	II Nudel-Gemüse-Pfanne ^v m. Kräutersoße und Vanillejoghurt 13,15,19,20,21	582kcal, 20gE, 21gF, 86gK

4. Woche vom 21.01. - 25.01.2019

Mo	I Hefeklöße mit Waldfrüchten und Obst 13,19	555kcal, 11gE, 6gF, 113gK
	II Möhreintopf mit Schweinefleisch und Obst 13,20,21	516kcal, 15gE, 18gF, 76gK
Di	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
Mi	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 ^S , Brot und Bio-Obst ^{13,24}	620kcal, 25gE, 9gF, 99gK
	II	Gek. Eier in pikanter Soße mit Salzkartoffeln u. Bio-Obst ^{13,15,18}	416kcal, 18gE, 17gF, 49gK
Fr	I	Frische Blutwurst ^S mit Sauerkraut, Salzkartoffeln ¹³	710kcal, 30gE, 22gF, 105gK
	II	Tortellini mit Käsefüllung ^V , Tomatensoße und Rohkostsalat ^{13,15,19}	526 kcal, 24gE, 22gF, 50gK

5. Woche vom 28.01. - 01.02.2019

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

