

Speiseplan März 2019

Grundschule Bestensee (1)



* Speiseplan enthält
ausgewählte Bioprodukte
kontrolliert durch die
DE-OKO-070



1. Woche am 01.03.2019

Fr	I	Pichelsteiner Eintopf und Brot ^{13,20,21}	520kcal,16gE,19gF,78gK
	II	Bunte Nudeln mit Broccoli-Käsesoße ^{13,19}	710kcal,24gE,27gF,95gK

2. Woche vom 04.03. - 08.03.2019

Mo	I	Milchreis mit Apfelmus ³ Zucker und Zimt ^{13,19}	706kcal,14gE,15gF,130gK
	II	Putengulasch mit Mischgemüse, Salzkart. od. Püree und Apfelmus ³ ^{13,18,19,21}	727kcal,35gE,20gF,91gK
Di	I	Jagdwurstwürfel ^S in Tomatensoße mit Spirelli, Weißkrautsalat und Bio-Obst ^{13,16,21}	780kcal,36gE,37gF,99gK
	II	Möhren-Mais-Gemüse mit Rahmsoße, Salzkartoffeln, Weißkrautsalat und Bio-Obst ^{13,19,20}	312kcal,7gE,5gF,55gK
Mi	I	Fischpfanne v. Seelachs mit Reis od. Salzkart. u. Schokopudd. mit Vanillesoße ^{13,16,19}	775kcal,33gE,34F,94gK
	II	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch und Schokopudd. mit Vanillesoße ^{13,19,20,21}	475kcal,22gE,10gF,74gK
Do	I	Rührei mit Blumenkohl, holl. Soße, Salzkartoffeln und Obst ^{13,15}	526 kcal,24gE,22gF,50gK
	II	Schweinegulasch mit bt. Gemüse, Salzkart. od. Nudeln u. Obst ^{13,20}	526 kcal,24gE,22gF,50gK
Fr	I	Cevapcici ^S mit Balkangemüse und Salzkartoffeln ^{13,15,20}	690kcal,35gE,19gF,98gK
	II	Veg. Gemüseintopf mit Brot ^{13,20,21}	520kcal,16gE,19gF,78gK

3. Woche vom 11.03. - 15.03.2019

Mo	I	Germknödel mit Vanillesoße und Obst ^{15,19}	
	II	Kaßlergulasch ^S mit Salzkartoffeln, Sauerkraut und Obst ¹³	680kcal,33gE,19gF,89gK
Di	I	Paniertes Hähnchenschnitzel m. Möhrengemüse und Salzkartoffeln ^{13,20,21}	591kcal,36gE,20gF,71gK
	II	Spirelli mit Tomaten-Basilikumsoße ^V und bunter Salat ¹³	582kcal,20gE,21gF,88gK
Mi	I	Kartoffelpuffer mit Zucker und Apfelmus ³ ^{13,15}	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Linseneintopf mit Fleisch ^S u. Apfelmus ³ ^{19,20,21}	395kcal,25gE,9gF,75gK
Do	I	Fischburger ^{Seelachs} mit Kräutersoße, Reis od. Salzkart, Salatbeilage u. Bio-Obst ^{13,16,18,20,21}	475kcal, 22gE,10gF,74gK
	II	Gek. Eier in Senfsoße mit Salzkartoffeln, Salatbeilage u. Bio-Obst ^{13,15,20}	416kcal,18gE,17gF,49gK
Fr	I	Broccoli-Nuß-Ecke ^V mit Petersiliensoße, Salzkartoffeln u. Buttermilchdessert ^{13,15,18,19,20,21}	753kcal,24gE,21gF,101gK
	II	Kesselgulasch mit Brot, gemischter Salat und Buttermilchdessert ^{13,19,20}	529kcal,18gE,17gF,56gK

4. Woche vom 18.03. - 22.03.2019

Mo	I	Hefeklöße mit Fruchtsoße und Obst ^{13,15,19}	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Brühnudeln mit Hühnerfleisch und Obst ^{13,15}	419kcal,21gE,8gF,65gK
Di	I	Jägerschnitzel ^S mit Makkaroni, Tomatensoße und Möhrensalat ^{13,15,21}	529kcal,18gE,17gF,56gK
	II	Gemüsebolognese ^V m. Salzkartoffeln und Möhrensalat ^{13,19,20}	755kcal,26gE,23gF,119gK
Mi	I	Hausgemachte Eierkuchen, Zucker und Apfelmus ³ ^{13,15,19}	582kcal,16gE,20gF,110gK
	II	Kartoffelsuppe mit Rauchfleisch ^S Brot und Apfelmus ³ ^{13,20,21}	620kcal,25gE,9gF,99gK
Do	I	Backfischfilet v. Seelachs mit Dillsoße, Reis o. Salzkartoffeln u. Bio-Obst ^{13,16}	620kcal,22gE,20gF,73gK
	II	Eierfrikassee mit Salzkartoffeln, und Bio-Obst ^{13,15,20}	591kcal,36gE,20gF,71gK
Fr	I	Quark mit frischen Kräutern ^V Salzkartoffeln und Gurkensalat ¹⁹	490kcal,28gE,17gF,71gK
	II	Thür. Rostbratwurst m. Bayr. Kraut und Salzkart. ^{13,19}	650kcal,16gE,42gF,79gK

Speiseplan März 2019

Grundschule Bestensee (1)



* Speiseplan enthält
ausgewählte Bioprodukte
kontrolliert durch die
DE-OKO-070



5. Woche vom 25.03. - 29.03.2019

Mo	I	Quarkkeulchen mit Zucker und Apfelmus ³ 13,15,19	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch ^S Brot und Apfelmus ³ 13,19,21	520kcal,16gE,19gF,78gK
Di	I	Möhrenschnitzel mit Rahmsoße, Salzkartoffeln u. Fruchtquark 13,15,18,19,20,21	753kcal,24gE,21gF,101gK
	II	China-Pfanne vom Geflügel mit Reis und Fruchtquark 13,18,19,21	712kcal,36gE,25gF,108gK
Mi	I	Gek. Eier in pikanter Soße mit Püree o. Salzkart. u. Bohnensalat 13,15,18,19	416kcal,18gE,17gF,49gK
	II	Grillwürstchen ^S mit Tomatensoße, Schmetterlingsnudeln u. Bohnensalat 13,15,22	703kcal,25gE,24F,99gK
Do	I	Frische Blutwurst ^S mit Sauerkraut, Salzkartoffeln u. Bio-Obst 13	620kcal,24gE,34gF,69gK
	II	Paniertes Seelachsfilet ^S m. Spreewaldsoße, Reis o. Salzkart. und Bio-Obst. 13,16,21	612kcal,20gE,15gF,69gK
Fr	I	Rinderfrikadelle mit Buttermöhren und Salzkartoffeln 13,15,19	690kcal,35gE,19gF,98gK
	II	Bt. Gemüsereis mit Champignoncremesoße u. Weißkraut-Mais-Salat 13,19,21	312kcal,7gE,5gF,55gK

Änderungen vorbehalten!

Guten Appetit wünscht das Team vom Menü-Service.

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: **15.02.2019**

Kassierung ab: **15.02.2019**

Ausgabe ab: **26.02.2019**

Bitte ankreuzen!

Bankeinzug

Überweisung

Name, Vorname: KI.

Anzahl der Essen: x 1,88 = 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	

