

Speiseplan Dezember 2018

Grundschule Friedersdorf (11)



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



1. Woche vom 03.12. - 07.12.2018

Mo	I	Vanillemilchnudeln mit Erdbeeren ^{13,19}	709kcal,35gE,24gF,101gK
	II	Putengulasch mit Mischgemüse, Salzkart. ^{13,18,20,21}	727kcal,35gE,20gF,91gK
Di	I	Jagdwurstwürfel ^S in Tomatensoße, Nudeln u. Bio-Obst ^{13,22}	780kcal,36gE,37gF,99gK
	II	Veg. Kohlrabi-Möhreneintopf, Brot und Bio-Obst ^{13,20,21}	516kcal,15gE,18gF,76gK
Mi	I	Ung. Fischtopf vom Seelachs mit Reis od. Salzkart. u. Weißkr.-Mais-Salat ^{13,16,20,21}	705kcal,28gE,21gF,102gK
	II	China-Pfanne ^S mit Reis od. Salzkartoffeln u. Weißkr.-Mais-Salat ^{13,18,20}	712kcal,36gE,25gF,108gK
Do	I	Königsb. Klopse in süß-saurer Soße m. Salzkart., Obst u. Nikolausüberraschung ^{13,15,18,19}	525kcal,18gE,23gF,69gK
	II	Rühreier mit Spinat, Salzkartoffeln, Obst u. Nikolausüberraschung ^{13,15,19}	526 kcal,24gE,22gF,50gK
Fr	I	Kräuterquark ^V mit Salzkartoffeln, Gurkensalat ¹⁹	490kcal,28gE,17gF,71gK
	II	Gebratener Leberkäse ^S mit Bratensoße, Salzkartoffeln oder Püree und Gurkensalat ^{13,19,22}	939kcal,25gE,24gF,99gK

2. Woche vom 10.12. - 14.12.2018

Mo	I	Milchreis, Zucker und Zimt, Apfelmus ³ und Obst ^{13,19}	706kcal,14gE,15gF,130gK
	II	Cevapcici ^S mit Balkangemüse, Salzkartoffeln und Obst ^{13,15,20}	690kcal,35gE,19gF,98gK
Di	I	Hähnchenschnitzel mit Mischgemüse, Salzkart. u. Fruchtojoghurt ^{13,18,19,21}	591kcal,36gE,20gF,71gK
	II	Bt. Gemüsereis mit Champignoncremesoße u. Fruchtojoghurt ^{13,19,21}	312kcal,7gE,5gF,55gK
Mi	I	Hausgemachte Eierkuchen, Zucker und Apfelmus ³ ^{13,15,19}	582kcal,16gE,20gF,110gK
	II	Linseneintopf mit Rauchfleisch ^S und Apfelmus ³ ^{20,21}	416kcal,25gE,9gF,99gK
Do	I	Backfischfilet ^S mit Meerrettichcremesoße, Reis od. Salzkartoffeln u. Bio-Obst ^{13,16,19}	620kcal,22gE,20gF,73gK
	II	Gek. Eier in süß-saurer Soße mit Salzkart. u. Bio-Obst ^{13,15}	416kcal,18gE,17gF,49gK
Fr	I	Spaghetti "Bolognese" und Möhrenrohkost ^{13,15,20,21}	765kcal,19gE,18gF,111gK
	II	Gemüsefrikadelle ^V mit Petersiliensß und Möhrenrohkost ^{13,15,18,20,21}	753kcal,24gE,21gF,101gK

3. Woche vom 17.12. - 21.12.2018

Mo	I	Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch und Weihnachtsüberraschung ^{13,19,20,21}	475kcal,22gE,10gF,74gK
	II	Grießbrei mit Früchten und Weihnachtsüberraschung ^{13,19}	620 kcal,16gE,15gF,93gK
Di	I	Schweinebraten ^S mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Bio-Obst ^{13,15,20,22}	690kcal,35gE,19gF,98gK
	II	Gemüsebolognese ^V mit Gabelspaghetti und Bio-Obst ^{13,15,20}	755kcal,26gE,23gF,119gK
Mi	I	Kartoffelpuffer mit Zucker und Apfelmus ³ ^{13,15,19}	750kcal,10gE,38gF,103gK
	II	Brühnudeln mit Hühnerfleisch und Apfelmus ³ ^{13,15}	419kcal,21gE,8gF,65gK
Do	I	Marinierter Hering in Sahnesoße, Salzkartoffeln und Obst ^{13,16,18,19}	526 kcal,24gE,22gF,50gK
	II	Rühreier mit Blumenkohl, holl. Soße, Salzkartoffeln und Obst ^{13,15}	526 kcal,24gE,22gF,50gK
Fr	I	Kartoffelsuppe mit eingschn. Wiener ^{S2} . Brot ^{13,21}	650kcal,16gE,29gF,82gK
	II	Bt. Nudeln mit Tomaten-Basilikumsoße und Reibekäse ^{13,15,19}	582kcal,20gE,21gF,110gK

4. Woche vom 24.12. - 28.12.2018

Mo Heiligabend

Speiseplan Dezember 2018

Grundschule Friedersdorf (11)



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



Di 1. Feiertag

Mi 2. Feiertag

Do Ferien

Fr Ferien

5. Woche vom 31.12. - 04.01.2019

Mo Ferien

Änderungen vorbehalten!

Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue 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: **09.11.2018**

Kassierung ab: **15.11.2018**

Bitte ankreuzen!

Bankeinzug

Überweisung

Name, Vorname: Kl.

Anzahl der Essen: x 2,40 = EUR, Kl. 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	

