

# Speiseplan März 2019

## Grundschule Friedersdorf (11)



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



### 1. Woche am 01.03.2019

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

### 2. Woche vom 04.03. - 08.03.2019

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

### 3. Woche vom 11.03. - 15.03.2019

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

### 4. Woche vom 18.03. - 22.03.2019

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

# Speiseplan März 2019

## Grundschule Friedersdorf (11)



\* 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 <sup>3</sup> 13,15,19	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch <sup>S</sup> Brot und Apfelmus <sup>3</sup> 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 <sup>S</sup> mit Tomatensoße, Schmetterlingsnudeln u. Bohnensalat 13,15,22	703kcal,25gE,24gF,99gK
Do	I	Frische Blutwurst <sup>S</sup> mit Sauerkraut, Salzkartoffeln u. Bio-Obst 13	620kcal,24gE,34gF,69gK
	II	Paniertes Seelachsfilet <sup>S</sup> 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](mailto:schule@kantine-wildau.de)

Abgabe bis: **15.02.2019**

Kassierung ab: **15.02.2019**

Bitte ankreuzen!

Bankeinzug

Überweisung

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

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	

