

Speisenplan Juni 2013



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



Grundschule Wildau

1. Woche vom 03. - 07.06.2013

Mo	I	Möhreneintopf mit Schweinefleisch und Ananaskompott	13,21		516kcal,15gE,18gF,76gK
	II	Bauerngulasch ^S mit Spirelli und Ananaskompott	13,15,20,21		526kcal,24gE,22gF,59gK
Di	I	Jagdwurstwürfel ^{S,2} mit Tomatensoße, Spirelli und Kirschjoghurt	13,19,22		780kcal,36gE,37gF,99gK
	II	Veg. Gemüseintopf, Brot und Kirschjoghurt	13,19,20,21		520kcal,16gE,19gF,78gK
Mi	I	Grießbrei mit Aprikosenkompott	13,19		620kcal,16gE,15gF,93gK
	II	Fischpfanne v. Seelachs mit Reis o. Salzkartoffeln u. Weißkrautsalat	13,16,21,		705kcal,28gE,21gF,102gK
Do	I	Rührei mit Rahmspinat ^V , Salzkartoffeln und Bio-Obst	13,15		750kcal,10gE,38gF,103gK
	II	Dt. Rindergulasch mit Rotkohl, Salzkartoffeln und Bio-Obst	13		626kcal,35gE,22gF,73gK
Fr	I	Gabelspaghetti mit Broccoli-Käsesoße ^V und Fruchtcocktail	13		582kcal,20gE,21gF,86gK
	II	Schmorkohl mit Hackfleischbällchen ^S , Salzkart. o. Püree u. Fruchtcocktail	13,15,19		762kcal,26gE,20gF,98gK

2. Woche vom 10. - 14.06.2013

Mo	I	Linseneintopf mit Rauchfleisch ^S , Brot und Vanillequark	13,19,20		749kcal,25gE,9gF,99gK
	II	Quark mit frischen Kräutern ^V , Salzkartoffeln und gemischter Salat	19		490kcal,28gE,17gF,71gK
Di	I	Fischfrikadelle mit Dillsoße, Reis o. Salzkartoffeln u. Möhrenrohkost	13,16,18,21,22		451kcal,16gE,15gF,63gK
	II	Vanillemilchnudeln mit Erdbeeren	13,19		580kcal,19gE,18gF,38gK
Mi	I	Schweinegeschnetzeltes mit versch. Gemüse, Salzkart. o. Püree u. Pfirsichkomp.	13,20,21		680kcal,33gE,19gF,89gK
	II	Gemüseschnitzel ^V mit Spinat-Rahmsö., Salzkart. o. Püree u. Pfirsichkompott	13,15		753kcal,24gE,21gF,101gK
Do	I	Schmetterlingsnudeln mit Tomaten-Basilikumsoße ^V und Obst	13		710kcal,24gE,27gF,95gK
	II	Bulette ^S mit Kaisergemüse, Salzkartoffeln o. Püree u. Obst	13,15,20,21		650kcal,29gE,42gF,78gK
Fr	I	Brüheis mit Geflügelfleisch, Brot und Rote Grütze mit Vanillesoße	13,15,19		669kcal,22gE,25gF,62gK
	II	Matjesfilet "Hausfrauen Art" mit Salzkartoffeln und Gewürzgurke	16,19		712kcal,30gE,22gF,73gK



3. Woche vom 17. - 21.06.2013

Mo	I	Hefeklöße mit Kirschen ^V	13,15		555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Kartoffelsuppe mit eingeschn. Wiener ^{S,2} , Brot u. Fruchtjoghurt	13,19,21		650kcal,16gE,29gF,82gK
Di	I	Spaghetti "Bolognese" ^S und Gurkensalat	13,15,21		765kcal,19gE,18gF,111gK
	II	Seelachsfilet mit Spreewaldsoße, Reis od. Salzkartoffeln u. Gurkensalat	13,16		620kcal,22gE,20gF,73gK
Mi	I	Kesselgulasch ^S , Brot und Apfelmus ³	13,20,21		529kcal,18gE,17gF,56gK

2 - mit Konservierungsmittel 3 - mit Süßungsmittel E - Eiweiß F - Fett K - Kohlenhydrate VK - Vollkorn V - Vegetarisch S - vom Schwein R - Rind

Ferien vom 20.06.2013 bis 02.08.2013

Do	I	Bunte Nudeln mit Tomaten - Käsesoße ^V und Bio - Obst	13,19		582kcal,20gE,21gF,86gK
Fr	I	Königsberger Klopse ^{2,S} in süß-saurer Soße, Salzkart. und Möhrensalat	13,15		525kcal,18gE,23gF,69gK
Mo	I	Vegetarischer Kohlrabi - Möhreintopf, Brot und Erdbeerquark	13,19,21		520kcal,16gE,19gF,78gK
Di	I	Schweinelachsschnitzel mit Blumenkohl in Petersiliensoße, Salzk. u. Obst	13,15		753kcal,38gE,40gF,79gK
Mi	I	Sternchennudelsuppe mit Hühnerfleisch, und Apfelmus ³	13,15,20,21		419kcal,21gE,8gF,65gK
Do	I	Geflügelfrikassee mit Reis oder Salzkartoffeln und Rohkostsalat	13,15		709kcal,35gE,24gF,101gK
Fr	I	Thür. Rostbratwurst ^S mit bt. Sauerkraut, Salzk. od. Püree und Mischkompott	13,19		650kcal,16gE,42gF,79gK

Änderungen vorbehalten

Schöne Sommerferien wünschen die Mitarbeiter vom

Menü-Servive Wildau

Speisen- und Partyservice	Bürozeiten:	Bankverbindung: Mittelbr. SPK
Bahnhofstraße 1 / Industriegelände	Mo - Fr : 6.30 - 14.00 Uhr	BLZ: 160 50 000
15745 Wildau Tel: 03375 - 55 10 01	Fax : 03375 - 55 07 59	Konto-Nr: 366 2020 318

Email: d.hilger@kantine-wildau.de r.zech@kantine-wildau.de

Termin der Abgabe: 06.05.2013

Termin der Kassierung: ab 15.05.2013

Bitte ankreuzen !

Bankeinzug

Überweisung

Name, Vorname: KI:

Anzahl der Essen: x 1,78 € Kl. 1 - 6

Anzahl der Essen: x 2,90 € Lehrer

Zutaten, die zu den häufigsten Auslösern von Lebensmittelallergien gehören:

Kennzeichnung nach EU Richtlinie 2003/89/EG

13 = enth. Gluten

17 = enth. Erdnüsse

21 = enth. Sellerie

14 = enth. Krebstiere

18 = enth. Soja (gen-tech-frei)

22 = enth. Senf

15 = enth. Ei

19 = enth. Milch einschl. Laktose

23 = enth. Sesam

16 = enth. Fisch

20 = enth. Schalenfrüchte

24 = enth. Schwefeldioxid/Sulfite