

Speisenplan Mai 2013



Speiseplan enthält
ausgewählte Bioprodukte
kontrolliert durch die
DE-043-Öko-Kontrollstelle



Grundschule Wildau

1. Woche vom 01. - 03.05.2013

Mi	1. Mai Feiertag		
Do	I Grüne Bohneneintopf mit Rindfleisch, Brot u. Fruchtcocktail 19,20,21	475kcal,22gE,10gF,74gK	
	II Tortellini mit Käsefüllung ^V , Tomatensoße und Fruchtcocktail 13,15,18,19,21	725kcal,27gE,30gF,99gK	
Fr	I Veg. Gemüseeintopf, Brot und Schokopudding mit Vanillesoße 13,18,19	520kcal,16gE,19gF,78gK	
	II Hühnerfrikassee mit Reis od. Salzkartoffeln u. Schokopudd. m. Vanillesoße 13,15,18,19,21	709kcal,35gE,24gF,101gK	

2. Woche vom 06. - 10.05.2013

Mo	I Möhreeneintopf mit Schweinefleisch, Brot ^{VK} und Obst 13,18	516kcal,15gE,18gF,76gK	
	II Nudel-Gemüsepfanne ^V mit Kräutersoße und Obst 13,15,18,19,21	702kcal,20gE,19gF,98gK	
Di	I Kartoffelpuffer ^V mit Apfelmus ³ 13,15	750kcal,10gE,38gF,103gK	
	II Erbseneintopf mit Kasslerfleisch ^S , Brot und Apfelmus ³ 20,21	775kcal,30gE,32gF,103gK	
Mi	I Spaghetti "Bolognese" ^{S,R} und Weißkraut-Möhrensalat 13,15,18,21	765kcal,19gE,18gF,111gK	
	II Backfischfilet mit Dillsoße, Reis o. Salzkart. u. Weißkraut-Möhrens. 13,16,18,21,22	612kcal,20gE,19gF,69gK	

Do **Himmelfahrt**

Fr **unterrichtsfreier Tag**



3. Woche vom 13. - 17.05.2013

Mo	I Kartoffelsuppe mit eingeschn. Wiener ^{S,2} und Brot 13,19	650kcal,16gE,29gF,82gK	
	II Quarkkeulchen ^V mit Apfelmus ³ 13,19	517kcal,8gE,12gF,79gK	
Di	I Schmetterlingsnudeln mit Broccoli-Käsesoße ^V und Vanillejoghurt 13,15,18,19,21	582kcal,20gE,21gF,86gK	
	II Frische Blutwurst mit Sauerkraut und Salzkartoffeln u. Vanillejoghurt 13,19	620kcal,24gE,34gF,69gK	
Mi	I Grießbrei ^V mit Kirschen 13,19	565kcal,16gE,15gF,93gK	
	II Putengeschnetzeltes mit Mischgemüse, Salzkart. o. Püree u. Apfelmus ³ 13,15,18,21	727kcal,35gE,20gF,91gK	
Do	I Rührei ^V mit Blumenkohl, sc. Holl., Salzkartoffeln und Bio-Obst 13,15,18,19	526kcal,24gE,22gF,59gK	
	II Dt. Rindergulasch mit Rotkohl und Salzkartoffeln u. Bio-Obst 13,15	590kcal,35gE,22gF,73gK	
Fr	II Eierragout ^V mit buntem Gemüse, Salzkartoffeln o. Püree u. Möhrenrohkost 15,19	365kcal,15gE,12gF,39gK	
	I Fischtopf v. Seelachs mit Reis ^{VK} oder Salzkartoffeln u. Möhrenrohkost 13,16,18,19,21,22	705kcal,28gE,21gF,102gK	

4. Woche vom 20. - 24.05.2013

Mo	Pfingstmontag		
Di	variabler Ferientag		
	I Bunte Nudeln mit Tomaten-Basilikumsoße ^V und Mandarinenkomp. 13,18,19,21	710kcal,24gE,27gF,95gK	

Mi	I Gek. Eier ^V in süß-saurer Soße, Salzkartoffeln u. Weißkr.-Früchtesalat 13,15,18,19,21,22	416kcal,18gE,17gF,49gK	
	II Fischfrikadelle mit Petersiliensß., Reis o. Salzkart. u. Weißkr.-Früchtes. 13,16,18,19,21,22	451kcal,16gE,15gF,63gK	
Do	I Hausgemachte Eierkuchen ^V mit Apfelmus ³ 15,19	682kcal,16gE,20gF,110gK	
	II Linseneintopf mit Kasslerfleisch, Brot und Apfelmus ³ 13,18,20,21	790kcal,30gE,32gF,103gK	
Fr	I Kräuterquark ^V mit Salzkartoffeln und bunter Salat 19,21	490kcal,28gE,17gF,71gK	
	II Schweinegulasch "ung. Art" mit Salzkartoffeln o. Püree 13,15,18,21	560kcal,30gE,16gF,82gK	

5. Woche vom 27. - 31.05.2013

Mo	I Hefeklöße ^V mit Waldbeeren 13,15,19	555kcal,11gE,6gF,113gK	
	II Brühnudeln mit Hühnerfleisch, Brot und Fruchtquark 13,15,19	419kcal,21gE,8gF,65gK	
Di	I Wurstgulasch ^{S,2} mit Makkaroni und Bio-Obst 13,15,21	780kcal,36gE,37gF,99gK	
	II Bulette ^S mit grünen Bohnen und Salzkartoffeln und Bio-Obst 13,15,18,19,21	650kcal,29gE,42gF,78gK	
Mi	I Milchreis ^V mit Apfelmus ³ , Zucker und Zimt 13,19	706kcal,14gE,15gF,130gK	
	II Kesselgulasch mit Brot und Apfelmus 13,20	529kcal,18gE,17gF,56gK	
Do	I Rührei ^V mit Rahmspinat und Salzkartoffeln 13,15,18,19	526kcal,24gE,22gF,59gK	
	II Zwiebelrostbraten mit Balkangemüse, Salzkartoffeln od. Püree 13,18,19,21	690kcal,35gE,19gF,98gK	
Fr	I Weißkohleintopf mit Kasslerfleisch, Brot und Fruchtquark 13,18,19	520kcal,16gE,19gF,78gK	
	II Gemüseburger mit Petersilienssoße, Salzkartoffeln und Fruchtquark 13,18,19,21	753kcal,24gE,21gF,101gK	

Schöne Pfingsten wünschen die Mitarbeiter vom Menü-Service Wildau

Änderungen vorbehalten

Speisen- und Partyservice	Bürozeiten:	Bankverbindung: Mittelbrandenburgische 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

kantine.wildau@googlemail.com

Termin der Abgabe: 26.03.2013

Termin der Kassierung: ab 15.04.2013

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	16 = enth. Fisch	19 = enth. Milch einschl. Laktose	22 = enth. Senf
14 = enth. Krebstiere	17 = enth. Erdnüsse	20 = enth. Schalenfrüchte	23 = enth. Sesam
15 = enth. Ei	18 = enth. Soja (gen-tech-frei)	21 = enth. Sellerie	24 = enth. Schwefeldioxid/Sulfite