

Speiseplan Februar 2018

Humboldt-Gymnasium Eichwalde (16)



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



Extra-Angebot:

Täglich bieten wir Rohkostsalate, Desserts, Obst und Getränke zur Selbstbedienung an. Jeder Essenteilnehmer kann nach seinem Geschmack, ohne zusätzliche Kosten, am Büfett auswählen.

1. Woche vom 01.02. - 02.02.2018

Do	I	Fischragout vom Seelachs mit Gemüse, Reis od. Salzkartoffeln und Obst ^{13,16,18,21,22}	705kcal,28gE,21gF,102gK
	II	Rühreier mit Blumenkohl in holl. Soße, Salzkartoffeln und Obst ^{13,15,18,19}	526 kcal,24gE,22gF,50gK
Fr	I	China-Pfanne von Geflügel mit Reis od. Salzkartoffeln u. Weißkr.-Mais-Salat ^{13,18,20}	712kcal,36gE,25gF,108gK
	II	Möhreneintopf mit Schweinefleisch, Brot ^{13,20,21}	516kcal,15gE,18gF,76gK

2. Woche vom 05.02. - 09.02.2018

Mo Winterferien

Di Winterferien

Mi Winterferien

Do Winterferien

Fr Winterferien

3. Woche vom 12.02. - 16.02.2018

Mo	I	Milchreis mit Apfelmus ³ , Zucker und Zimt ^{13,19}	706kcal,14gE,15gF,130gK
	II	Bulette ^S mit Butterbohnen, Salzkartoffeln und Apfelmus ³ ^{13,15,20}	690kcal,35gE,19gF,98gK
Di	I	Schmetterlingsnudeln ^V mit Spinat-Käsesoße u. Bio-Obst ^{13,19}	582kcal,20gE,21gF,86gK
	II	Frische Blutwurst mit Sauerkraut, Salzkartoffeln u. Bio-Obst ¹³	710kcal,30gE,22gF,105gK
Mi	I	Putengulasch mit Mischgemüse, Salzkart. od. Püree u. Fruchtjoghurt ^{13,18,19,21}	727kcal,35gE,20gF,91gK
	II	Veg. Kartoffelsuppe, Brot u. Fruchtjoghurt ^{13,19,20,21}	
Do	I	Gemüseburger mit Petersiliensoße, Salzkartoffeln und Obst ^{13,15,18,20,21}	753kcal,24gE,21gF,101gK
	II	Spreewälder Fischtopf ^{Seelachs} mit Reis, gemischter Salat u. Obst ^{13,16,18,21,22}	705kcal,28gE,21gF,102gK
Fr	I	Gebratener Leberkäse ^S mit Bratensoße, Salzkartoffeln o. Püree u. Bohnensalat ^{13,19,22}	939kcal,25gE,24gF,99gK
	II	Gnocchi ^V , Tomatensoße und Bohnensalat ^{13,15,20}	526 kcal,24gE,22gF,50gK

4. Woche vom 19.02. - 23.02.2018

Mo	I	Germknödel mit Kirschfüllung und Vanillesoße ^{13,15,19}	555kcal,11gE,6gF,113gK
	II	Schmorkohl mit Hackfleisch, Salzkartoffeln und Ananaskompott ^{13,15}	762kcal,28gE,20gF,98gK
Di	I	Cevapcici ^S mit Balkangemüse, Salzkartoffeln und Bio-Obst ^{13,15,18,20,22}	690kcal,35gE,19gF,98gK
	II	Gemüsebolognese ^V mit Gabelspaghetti und Bio-Obst ^{13,15,19,20}	755kcal,26gE,23gF,119gK
Mi	I	Kartoffelpuffer mit Zucker und Apfelmus ³ ^{13,15}	750kcal,10gE,38gF,103gK
	II	Linseneintopf mit eingeschn. Wiener u. Apfelmus ³ ^{13,20,21}	620kcal,24gE,34gF,69gK
Do	I	Gemüsereis mit Backfischfilet ^{Seelachs} , Möhrensalat und Obst ^{13,16}	620kcal,22gE,20gF,73gK
	II	Gekochte Eier in Senfsoße, Salzkartoffeln, Möhrensalat und Obst ^{13,15,20}	416kcal,18gE,17gF,49gK

Speiseplan Februar 2018

Humboldt-Gymnasium Eichwalde (16)



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



Fr	I	Spaghetti "Carbonara" und Buttermilchdessert <small>13,15,19</small>	495kcal,26gE,19gF,80gK
	II	Veg. Gemüseeintopf, Brot und Buttermilchdessert <small>13,19,20,21</small>	520kcal,16gE,19gF,78gK

5. Woche vom 26.02. - 02.03.2018

Mo	I	Schweinegulasch mit bt. Gemüse, Salzkart. od. Püree u. Kirschkompott <small>13,19,20</small>	526 kcal,24gE,22gF,50gK
	II	Hefeklöße mit Kirschen <small>13,20,21</small>	555kcal,11gE,6gF,113gK
Di	I	Paniertes Hähnchenschnitzel, Kohlrabigemüse, Salzkartoffeln und Bio-Obst <small>13,20,21</small>	591kcal,36gE,20gF,71gK
	II	Pastateller mit Broccoli-Käsesoße und Bio-Obst <small>13,19</small>	755kcal,26gE,23gF,119gK
Mi	I	Hausgemachte Eierkuchen mit Apfelmus ³ <small>13,15,19</small>	582kcal,16gE,20gF,110gK
	II	Brühnudeln mit Hühnerfleisch und Apfelmus ³ <small>13,15</small>	419kcal,21gE,8gF,65gK

Änderungen vorbehalten!

Guten Appetit und schöne Winterferien wünscht das Team vom Menü-Service Wildau

Speisen- und Partyservice	Bürozeiten: Mo - Fr: 6:30 - 14:00 Uhr	Tel: 03375 - 551001
Kommenda-Herbst-Straße 1 / Industriegelände	IBAN: DE32 1605 0000 3662 0203 18	Fax: 03375 - 550759
15745 Wildau	BIC: WELADED1PMB	schule@kantine-wildau.de

Abgabe bis: **10.01.2018** Kassierung ab: **15.01.2018**

Bitte ankreuzen! Bankeinzug Überweisung

Name, Vorname: KI.

Anzahl der Essen: x 2,05 = EUR, KI. 5-6

Anzahl der Essen: x 2,05 = EUR, KI. 7-12

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	

