

Weinert Catering Service GmbH

Tel.: 0152 57926709 / weinertcatering@googlemail.com



Speisenplan Friedrich-Ludwig-Jahn-Gymnasium, Forst

Monat: Februar 2018

Name: _____ Klasse: _____

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Do. 01.02.18	Spaghetti(a1,c) mit Schinken(3,4)-Tomatensoße(a1,g), 1 Gurkensalat 486 kcal	Seelachsfilet in Knusperpanade(a1) mit Soße(a1) Schnittlauchpüree(3)(a1,g,l), Kartoffeln, Möhren 386 kcal	Radieschenquark(g) mit Leinöl, dazu Kartoffeln, 1 Rote Grütze(1)(g) 388 kcal
Fr. 02.02.18	Schweineschnitzel(a1,c) mit Champignonsoße(a1) dazu Kartoffeln und Erbsen 379 kcal	Kartoffelpuffer(a1,c,g) mit Zucker, 1 Apfelmus, 1 Obst 523 kcal	Schupfnudelpfanne(a1,c,i) mit buntem Gemüse, dazu Käsesoße(1)(a1,g) 436 kcal
	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo. 12.02.18	Tomatengulasch(a1) vom Schwein, mit Hörnchennudeln(a1,c), 1 Pfirsichkompott 484 kcal	Blumenkohl-Möhreneintopf(i) mit Schweinefleisch, 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Obst 391 kcal	Gemüsefrikadelle(a1,c,g,k,i) mit Spaghetti(a1,c)-Currysalat und Chinakohl, 1 Pfirsichkompott 512 kcal
Di. 13.02.18	Rote Betesalat, Kräuter-Rührei mit Püree(3)(a1,g,l), 388 kcal	Königsberger Klopse mit Kapernsoße(a1,c,g,i), dazu Kartoffeln und Fingermöhren 426 kcal	Grießbrei(a1,c,g) mit heißen Erdbeeren(1), 1 Obst 482 kcal
Mi. 14.02.18	Kaßlerbraten mit Soße(2,4)(a1,i,j), dazu Kartoffelklöße und Sauerkraut 441 kcal	Kräuter-Quark(g) mit Leinöl und Zwiebeln, dazu Kartoffeln, 1 Obst 382 kcal	Eiersuppe (i) mit Muschelnudeln(a1,c), 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Kompott 417 kcal
Do. 15.02.18	Feuerfleisch(a1,i) mit Reis und Bohnengemüse 522 kcal	pan. Schollenfilet (a1) mit Kräutersoße(a1), dazu Kartoffeln und Brokkoli 496 kcal	Blumenkohl mit holl. Soße(a1,c,g,i), dazu Kartoffeln, 1 Gartensalat 388 kcal
Fr. 16.02.18	Rindergeschnetzeltes(a1) mit Eierspätzle (a1,c), 1 Rohkostsalat 447 kcal	Mini-Germknödel(a1,c,g) mit Vanillesoße(1)(g), 1 Obst 612 kcal	pan. Fetakäse(1)(a1,c,g) mit Spinatsoße(a1,g), dazu Reis, 1 Obst 644 kcal
	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo 19.02.18	gebratene Putenstreifen(a1) in Tomatensoße(a1,g), dazu Spirelli(a1,c), 1 Quarkspeise(1)(g) 417 kcal	Mischgemüseintopf(i) mit Rindfleisch, 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Obst 397 kcal	veg. Paprikaschote(a1,i,j) mit Soße(a1,i), dazu Kartoffeln, 1 Quarkspeise(1)(g) 540 kcal
Die. 20.02.18	Füllung(2,4)(a1,i,j) mit Püree(3)(a1,g,l), dazu Sauerkraut 476 kcal	Eierfrikassee (a1,i,j) mit Gemüse und Kartoffeln, 1 Bohnensalat 558 kcal	Ofenkartoffel mit Tzatzikiquark-Dip(g), 1 Bohnensalat 456 kcal
Mi. 21.02.18	Backfischfilet (a1) mit Remouladensoße(2,5)(c,g,j), dazu Röster, 1 Weißkrautsalat 751 kcal	pan. Jägerschnitzel(3)(a1,c,i,j) mit Soße(a1,i), dazu Püree(3)(a1,g,l) und Leipziger Allerlei 612 kcal	Käsetortellini(1)(a1,c,g) mit Tomaten-Gemüsesoße(a1,g), 1 Schokopudding(1)(g) 481 kcal
Do. 22.02.18	Hühner-Nudelsuppentopf(a1,c,i) mit Gemüse, 1 Weizenbrötchen , 1 Obst 396 kcal	Würzfleisch(a1,d,f,k,i) mit Reis, 1 Vanillepudding(1)(g) 419 kcal	Brokkoli-Nudelauf(a1,c,g) mit Sauce Bechamel(a1g), überbacken mit Käse(1)(g), 1 Fruchtcocktail 601 kcal
Fr. 23.02.18	Milchreis(g) mit Butter(g), Zimt und Zucker, 1 Apfelmus, 1 Obst 480 kcal	Bratklops(a1,c,j) mit Letschosoße(a1,g), dazu Kartoffeln 456 kcal	Grüne Bandnudeln(a1,c) mit Ratatouille-gemüse(a1,g), 1 Apfelmus 414 kcal

Änderungen vorbehalten!

Kennzeichnung von Zusatz- und Inhaltsstoffen: (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker,

(5) mit Süßungsmittel, (6) enthält eine Phenylalaninquelle, (7) mit Phosphat

Kennzeichnung von Allergenen: enthält (a) Gluten, (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Hafer, (a4) Gerste, (a5) Dinkel, (b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse,

(f) Sojabohnen, (g) Milch, (h) Schalenfrüchte, (h1) Mandeln, (h2) Walnüsse, (h3) Haselnüsse, (h4) Pistazien, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesam, (l) Schwefeldioxid und Sulfid, (m) Lupinen,

Weinert Catering Service GmbH

Tel.: 0152 57926709 / weinertcatering@googlemail.com



Speisenplan Friedrich-Ludwig-Jahn-Gymnasium, Forst

Monat: Februar 2018

Name: _____ Klasse: _____

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo. 26.02.18	Wurstgulasch(3)(a1,g,i,j) mit Gabelspaghetti(a1,c), 1 Möhrenrohkostsalat 426 kcal	Weißkohleintopf(i) mit Kaßlerfleisch(2,4)(i,j), 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Fruchtjoghurt(1)(g) 382 kcal	Brokkoli-Nuß-Ecke(a1,h1,h3,i) mit holl. Soße(a1,c,g,i), dazu Kartoffeln, 1 Obst 477 kcal
Di. 27.02.18	Putensteak, überbacken mit Tomate und Käse(1)(g), Spinatsoße(a1,g) und Bandnudeln(a1,c) 612 kcal	Kochfisch in Senfsoße (a1,i,j), dazu Kartoffeln und Sommergemüse 386 kcal	4 Hefeklöße(a1,c,g) mit Blaubeeren(1), 1 Zitronenquark(1)(g) 586 kcal
Mi. 28.02.18	Paprikaschote, gefüllt mit Schweinefleisch(a1,c), Soße(a1,i), Kartoffeln, 1 Erdbeerpudding(1)(g) 408 kcal	Hähnchennuggets(a1,c) mit Currysoße(a1,g), dazu Reis, 1 bunter Salat 591 kcal	Champingon-Rührei mit Schnittlauch- püree(3)(a1,g,l), 1 Obst 397 kcal

Änderungen vorbehalten!

Kennzeichnung von Zusatz- und Inhaltsstoffen: (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) mit Süßungsmittel, (6) enthält eine Phenylalaninquelle, (7) mit Phosphat

Kennzeichnung von Allergenen: enthält (a) Gluten, (a1) Weizen, (a2) Roggen, (a3) Hafer, (a4) Gerste, (a5) Dinkel, (b) Krebstiere, (c) Eier, (d) Fisch, (e) Erdnüsse,

(f) Sojabohnen, (g) Milch, (h) Schalenfrüchte, (h1) Mandeln, (h2) Walnüsse, (h3) Haselnüsse, (h4) Pistazien, (i) Sellerie, (j) Senf, (k) Sesam, (l) Schwefeldioxid und Sulfid, (m) Lupinen,