

Weinert Catering Service GmbH

Tel.: 0152 57926709 / weinertcatering@googlemail.com



Speisenplan Friedrich-Ludwig-Jahn-Gymnasium, Forst

Monat: September 2017

Name: _____ Klasse: _____

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo 04.09.17	Jägerschnitzel(3)(i,j) mit Tomatensoße(a1,g) und Spirelli(a1,c), bunter Salat mit Dressing(c,g,j) (725 kcal)	Möhreneintopf(i) mit Schweinefleisch, Mischbrot(a1,a2), Frishobst (309 kcal)	Kräuterquark(g) mit Zwiebeln und Leinöl, dazu Kartoffeln, bunter Salat mit Dressing(c,g,j) (493 kcal)
Die. 05.09.17	Fischfilet (a1) mit Dillsoße(a), Kartoffeln und Möhrengemüse (395 kcal)	Schweinebraten mit Soße(a1,i,j), Klößen und Bayrisch Kraut (380 kcal)	Blumenkohl mit holländischer Soße(a1) und Kartoffeln, Frishobst (396 kcal)
Mi. 06.09.17	Kräuter-Rührei mit Püree(g), Gurkensalat (342 kcal)	Lausitzer Fischpfanne (a1,g,l) mit Gemüse und Reis, Erdbeerjoghurt(1)(g) (400 kcal)	Kartoffelsuppe mit Wurzelgemüse(i,j), Mischbrot(a1,a2), Frishobst (313 kcal)
Do. 07.09.17	Linseneintopf(i) mit Jagdwurst- würfeln(3)(i,j), Mischbrot(a), Frishobst (384 kcal)	Bratwurst(3,4)(i,j) mit Soße(a,i), dazu Püree(g) und buntes Sauerkraut (614 kcal)	Nudelpfanne mit buntem Gemüse(a,c), und Käsesoße(1)(a,g), Vanillepudding(1)(g) (632 kcal)
Fr. 08.09.17	Putensteak(a1) mit Rahmsoße(a1,g), Kartoffeln und Kaisergemüse (480 kcal)	Milchreis(g) mit Butter(g), Zucker, Zimt und Apfelmus, Frishobst (522 kcal)	Champignon-Lauchpfanne(a1,g) mit Spätzle(a,c), Fruchtjoghurt (533 kcal)

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo 11.09.17	Spaghetti „Bolognese“(a1,g) mit Reibekäse(1)(g), Tomatensalat (426 kcal)	Grüne Bohnen-Eintopf(i) mit Schweinefleisch, Mischbrot(a), Quarkspeise(1)(g) (380 kcal)	Gemüseschaschlik mit Letscho(a1) und Butterreis, Pfersichkompott (444 kcal)
Die. 12.09.17	Rahmspinat(a1,g) mit Rührei und Kartoffeln, Frishobst (403 kcal)	Hackbraten(a1,c,j) mit Soße(a1,i,j), Kartoffeln und Mischgemüse (593 kcal)	Salatteller mit Käse(1)(g) und Ei , Vollkornbrötchen(a1,f,k), Fruchtjoghurt(1)(g) (656 kcal)
Mi. 13.09.17	Geflügelgulasch(a1,i) mit Kartoffeln und Rotkohl (353 kcal)	Dillhering (c,g,j) mit Kartoffeln Frishobst (553 kcal)	Champignonrührei mit Püree(g), Rohkostsalat (462 kcal)
Do. 14.09.17	Fischrikadelle (a1,c) mit Kräutersoße(a), Püree(g) und Kaisergemüse (531 kcal)	Zigeunerklößchen(a1,c,j) mit Tomatensoße(a1,g) und Reis, Gartensalat mit Dressing(c,g,j) (352 kcal)	Tomatensuppe(a1,g) mit Reiseinlage, Mehrkornbrötchen(a1,e,f), Früchtekompott (400 kcal)
Fr. 15.09.17	Hefeklöße (a1,c,g) mit Blaubeersoße, Frishobst (732 kcal)	Hähnchenschnitzel „Cordon bleu“(a1,c,g) mit Soße(a1,i), Kartoffeln und Leipziger Allerlei (397 kcal)	Backcamembert(1)(a1,c,g) mit Preiselbeersoße und Reis, Frishobst (638 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, (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, (n) Weichtiere

Hinweis: aus technologischen Gründen können Spuren allergener Stoffen in andere Lebensmittel gelangen.

Essen I

Essen II

Essen III (vegetarisch)

Mo 18.09.17	Fischstäbchen (a1) mit Püree(g) und Dillsoße(a1), Gurkensalat (469 kcal)	Käse(1)-Lauchsuppe(a1,g) mit Hackfleisch, Weizenbrötchen(a), Frischobst (673 kcal)	Gemüseschnitzel(a1,g) mit Kräutersoße(a1), Kartoffeln und Fingermöhren (336 kcal)
Die. 19.09.17	Seelachsfilet „natur“ mit Butter-Zitronensoße(a1,g), Kartoffeln und Mischgemüse (453 kcal)	Schichtkraut(a1,c,j) mit Kartoffeln Fruchtjoghurt(1)(g) (512 kcal)	Frühlingsrolle(c,g,f,i) mit süß-scharfer Soße(a1,e,f) und Bratnudeln(a1,c), Schokoladenpudding(1)(g) (633 kcal)
Mi. 20.09.17	Hähnchenkeule mit Soße(a1,i), Kartoffeln und Rotkohl (625 kcal)	Paprikagulasch mit Spirelli(a1,c), Fruchtquark(1)(g) (520 kcal)	gefüllte Mini-Germknödel(a1,c,g) mit Vanillesoße(1)(g) Frischobst (561 kcal)
Do. 21.09.17	Erbseintopf(i) mit Jagdwurstwürfeln(3)(i,j), Mischbrot(a1,a2), Frischobst (441 kcal)	Chili con Carne(a1,i) mit Reis, Rohkostsalat (260 kcal)	Ofenkartoffel mit Kräuterquarkdip(g), bunter Salat mit Dressing(c,g,j) (461 kcal)
Fr. 22.09.17	Nudelpfanne mit Schinken(3,4)(a1,c,i,j) und Gemüse, Sahnesoße(a1,g), Erdbeerpudding(1)(g) (584 kcal)	Eierplinse (a1,c,g) mit Butter(g) und Zucker, Apfelmus Frischobst (777 kcal)	Brokkoli-Nussecke(a1,c,g,i) mit holländischer Soße(a1,g) und Kartoffeln Erdbeerpudding(1)(g) (553 kcal)

Mo 25.09.17	Spaghetti(a1,c) „Carbonara“ mit Schinken(3,4)-Käsesoße(1)(a1,g), bunter Salat mit Dressing (504 kcal)	Reiseintopf(i) mit Hühnerfleisch und buntem Gemüse, Mehrkornbrötchen(a1,e,f), Frischobst (314 kcal)	Gemüsefrikadelle(a1,i,j) mit Soße(a1,i) und Püree(g), bunter Salat mit Dressing(c,g,j) (420 kcal)
Die. 26.09.17	Knusperfischfilet (a1) mit Tomatensoße(a1,g) und Reis Rohkostsalat (335 kcal)	Putengeschnetzeltes(a1) mit Asiagemüse und Bratnudeln(a1,c) (404 kcal)	Kartoffelpuffer(a1,c,g) mit Zucker und Apfelmus, Frischobst (777 kcal)
Mi. 27.09.17	Hühnernudelsuppentopf(i), Mischbrot(a1,a2) Vanillepudding(1)(g) (388 kcal)	Currywurstchenpfanne(3,4)(a1,g,i,j) mit Reis und Buttererbsen (445 kcal)	Spätzle(a,c) mit Käsesoße(1)(a1,g), Tomatensalat (558 kcal)
Do. 28.09.17	Kohlroulade mit Soße(a1,c,i,j) und Kartoffeln, Erdbeerkompott (552 kcal)	gedünsteter Fisch auf Gemüsesockel, dazu Petersiliensoße(a1) und Kartoffeln (417 kcal)	Tomatenrührei mit Püree(g), Gurken-Bohnensalat (385 kcal)
Fr. 29.09.17	Hähnchenschnitzel(a1) mit Soße(a1,i), Kartoffeln und Butterbohnen (393 kcal)	Grießbrei(a1,c,g) mit heißen Kirschen, Frischobst (625 kcal)	Gemüsebolognese(a1,g) mit Spaghetti(a1,c) und Reibekäse(1)(g) Schokoladenpudding(1)(g) (512 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, (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, (n) Weichtiere

Hinweis: aus technologischen Gründen können Spuren allergenen Stoffen in andere Lebensmittel gelangen.