

Weinert Catering Service GmbH

Tel.: 035 600 / 35 77 45 oder weinertcatering@googlemail.com



Speisenplan Gymnasium Forst

Monat: März 2019

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Fr. 01.03.19	Füllung(2,4,a1,a4,i,j) mit Petersilienkartoffeln und buntem Sauerkraut 565 kcal	Grüne Bohnen-Eintopf mit Rindfleisch (i), 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Vanillequarkspeise(1,g) 440 kcal	Hefeklöße mit Blaubeersoße(a1,c,g), 1 Vanillequarkspeise(1,g) 1014 kcal
	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo. 04.03.19	Spaghetti „Bolognese“ mit Streukäse (1,a1,c,g), 1 Gurkensalat 480 kcal	Pikante Gyrossuppe mit Schweinefleisch, Paprika und Kartoffeln(a1,g,j), Weizenbrötchen , Mandarinenkompott 1420 kcal	2 Kartoffeltaschen, gefüllt mit Frischkäse (g), dazu Sauce Hollandaise(a1,g,i) und Kaisergemüse, 1 Gurkensalat 624 kcal
Di. 05.03.19	Geflügelgulasch(a1) mit Salzkartoffeln und Apfelrotkohl 448 kcal	Knusperseelachsfilet (a1) mit Dillsauce(a1), Salzkartoffeln und Möhrengemüse 458 kcal	Rahmspinat(a1,g) mit Rührei und Kartoffelpüree(g), 1 Pudding(1,g) 624 kcal
Mi. 06.03.19	Rindergeschnetzeltes „Stroganoff“ (a1,i,j) mit Butterreis(g) und rote Bete-Salat 757 kcal	Erseneintopf mit Bockwurst(2,3,i,j), 1 Sch. Vollkornbrot(a1,a2,e,f), 1 Obst 550 kcal	2 gekochte Eier in Senfsoße (a1) mit Petersilienkartoffeln und Apfel-Möhren-Rohkost 461 kcal
Do. 07.03.19	Heringsdillhappen in Joghurtsauce (c,g,j) mit Salzkartoffeln, 1 Bananenfruchtquark(g) 770 kcal	Hähnchengeschnetzeltes(a1) mit Gemüsereis und Rotkraut-Apfel-Salat mit Nüssen 847 kcal	Rührei mit Schnittlauchpüree(g) und Gurkensalat mit saurer Sahne(g) 526 kcal
Fr. 08.03.19	Szegediner Gulasch(a1,i,j) mit Knödel(a1,c,g) 1 Schokopudding(1,g) 555 kcal	Bunte Nudelpfanne mit Schinkenstreifen und Gemüse(3,7,a1,c), 1 Schokopudding(1,g) 730 kcal	Milchreis(g) mit Butter, Zimt und Zucker, 1 Apfelmus, 1 Obst 825 kcal
	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo. 11.03.19	pan. Jägerschnitzel(3,a1,c,i,j) mit Tomatensauce(a1,g) und Makkaronichips(a1,c), 1 Grießpudding(a1,g) 928 kcal	Putinchen(a1,c) mit Sauce(a1,i), Butterreis(g) und Mischgemüse 522 kcal	Chinesische Frühlingsrolle(1,a1,c,i,j) mit Sweet-Chilisauce(a1,e,f) und Chinanudeln(a1,c), 1 Obst 658 kcal
Di. 12.03.19	gebratenes Putenbrustfilet(a1) auf Tagliatelle(a1,c) und Waldpilzsauce(a1), 570 kcal	Spaghetti „Carbonara“ mit Schinken-Sahnesauce(1,3,4,a1,g), 1 Rohkostsalat 635 kcal	Rote-Bete-Eintopf mit Gemüse, Kraut, Kartoffeln und saurer Sahne(g,i), 1 Sch. Vollkornbrot(a1,a2,e,f), 1 Obst 430 kcal
Mi. 13.03.19	Schweinegulasch(a1,i,j) mit Spirelli(a1,c), 1 kleiner Salat 600 kcal	Kartoffelsuppe mit Bockwurst(2,3,i,j), 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Getränk 535 kcal	Schupfnudelpfanne mit buntem Gemüse(a1,c), 1 Obst 590 kcal
Do. 14.03.19	Hähnchenkeule(a1) mit Sauce(a1,i), Petersilienkartoffeln und Apfelrotkohl 508 kcal	pan. Backfisch (a1,c) mit Kräutersauce (a1), Kartoffelpüree(g) und Fingermöhren 632 kcal	Gemüsefrikadelle(a1,c,i,j) mit buntem Nudelsalat(a1,c,g), 1 bunter Salat mit Dressing(c,g,j) 504 kcal
Fr. 15.03.19	Hühnerfrikassee mit Champignons und Blumenkohl((3,a1,c,i), Reis und Sommergemüse 522 kcal	Grießbrei(a1,g) mit heißen Kirschen, 1 Obst 780 kcal	Kräuterquark(g) mit Petersilienkartoffeln, Leinöl und Zwiebeln, 1 Pflaumenkompott 557 kcal

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo. 18.03.19	Wurstgulasch(3,a1,g,i,j) mit Spirelli(a1,c), 1 Birnenkompott 650 kcal	Kesselgulasch mit Rindfleisch, Gemüse und Kartoffeln(i), 1 Mehrkornbrötchen(a1,a2,e,f), 1 Birnenkompott 620 kcal	Gnocchipfanne mit Lauch, Möhren und Champignons(a1,c), Frischkäsesoße (1,a1,g) und Chinakohlsalat mit Ananas 682 kcal
Di. 19.03.19	Schlemmer fischfilet „Bordelaise“(a1,g) mit Dillrahmsoße(a1,g), Kartoffelpüree(g) und Mischgemüse 658 kcal	pan. Hähnchenschnitzel(a1,c) mit Sahnesoße(a1,g), Petersilienkartoffeln und Buttererbsen(g) 540 kcal	Eierflockensuppe (i) mit feinem Gemüse, 1 Käsebrötchen(1,a1,g), 1 Waldfruchtpudding(1,g) 258 kcal
Mi. 20.03.19	Hähnchengeschnetzeltes(a1,i) mit Parboiled Reis und süß-saurer Soße (a1,e,f), 1 rote Grütze m. Vanillesoße (1,a1,g) 710 kcal	Würzfleisch vom Schwein(a1,d,f,i,j) mit Petersilienkartoffeln und Rohkostsalat 425 kcal	Eierragout mit Gemüseeinlage(a1,j) und Petersilienkartoffeln 1 rote Grütze mit Vanillesoße(1,a1,g) 870 kcal
Do. 21.03.19	pan. Jägerschnitzel(3,a1,c,i,j) mit Rahmsoße(a1,g), Schnittlauchpüree(g) und Mischgemüse 836 kcal	Weißkrauteintopf mit Kasslerfleisch (2,i), 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Obst 365 kcal	Grüne Tagliatelle(a1,c) mit fruchtiger Tomatensoße(a1,g) und Streukäse(1,g), 1 Fruchtjoghurt(1,g) 664 kcal
Fr. 22.03.19	Eierpfannkuchen(a1,c) mit Zucker und Apfelmus, 1 Obst 640 kcal	Fleischkäse(3,4,i,j) mit Letschosoße (5,a1), Kartoffelpüree(g) und Bohnengemüse 476 kcal	Kräuterreis mit Ratatouillegemüse(a1), 1 Cremespeise(g) 380 kcal

	Essen I	Essen II	Essen III (vegetarisch)
Mo. 25.03.19	Vollkornspaghetti(a1,c) mit feinen Putenstreifen(a1) in Tomatensoße(a1,g), 1 bunter Salat mit Dressing(c,g,j) 386 kcal	Nudelsuppentopf mit Geflügelfleisch(a1,c,i), 1 Sch. Mischbrot(a1,a2), 1 Obst 280 kcal	vegetarische Paprikaschote, gefüllt mit Reis(a1,i,j), dazu Soße(a1) und Kartoffeln, 1 Mandarinenkompott 574 kcal
Di. 26.03.19	Rinderrahmgulasch(a1,g,i,j) mit Thüringer Klößen und Apfelrotkohl 668kcal	Gekochte Eier mit Tomatensoße(a1,g) und Reis, 1 Rohkostsalat 605 kcal	Blumenkohlröschen mit holländischer Soße(a1) und Kartoffeln, 1 Ananaskompott 592 kcal
Mi. 27.03.19	Bratwurst(3,4,j) mit Soße(a1,i), Kartoffelpüree(g) und buntem Sauerkraut 681 kcal	Möhreneintopf mit Schweinefleisch(i), 1 Weizenbrötchen , 1 Panna Cotta-Pudding(1,g) 765 kcal	Nudel-Gemüse-Auflauf mit Sahnesoße, überbacken mit Käse(1,a1,c,g) 1 Panna Cotta-Pudding(1,g) 1135 kcal
Do. 28.03.19	Spaghettipfanne mit feinem Gemüse und Geflügelfleischbällchen(a1,c), 1 Apfelkompott 625 kcal	Schweineschnitzel „Cordon bleu“ (1,a1,g,i) mit Rahmsoße(a1,g), Petersilienkartoffeln und jungen Erbsen 720kcal	Canneloni(a1,c,g) auf Spinat-Käsesoße (1,a1,g), 1 Chicoreesalat 997kcal
Fr. 29.03.19	Hackfleischintopf mit Kartoffeln, Möhren und Erbsen(a1), 1 Vollkornbrötchen(a1,a2,e,f), 1 Obst 918 kcal	Hähnchenroulade(a1,g) mit Geflügelsoße(a1) und Kräuterreis, 1 kleiner Salat 430 kcal	Mini-Kirschknödel(a1,c) mit Vanillesoße(1,g), 1 Fruchtekompott 770 kcal

Abbestellungen bis 08.00 Uhr unter: 035 600 / 35 77 45

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.

