

Speisenplan Dezember 2018

„Helmholtz Gymnasium Potsdam“

Änderungen vorbehalten	03.12. – 07.12.2018	10.12. – 14.12.2018	17.12. – 21.12.2018	24.12. – 28.12.2018	31.12.2018
Montag Essen 1	Grießbrei _{w,M} mit Zimtucker und Apfelmus, Knabbergemüse	Tomaten- Basilikumsoße _w mit BIO- Nudeln _w , Reibekäse _M , Apfel, Knabbergemüse	Kräuterquark _M mit BIO- Kartoffeln, Butter _B , Banane, Knabbergemüse	Heiligabend	Silvester
Essen 2	Mais- Lauchrösti _{E,M,L} mit Paprikasoße _w und BIO- Kartoffeln, Apfelmus, Knabbergemüse	Leipziger Allerlei in Holländischer Soße _{M,E} mit BIO- Kartoffeln, Apfel, Knabbergemüse	Chili con carne _w (Huhn) mit BIO- Reis, Banane, Knabbergemüse		
Dienstag Essen 1	Chinapfanne _w mit Hähnchenbrust und BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	Fischfrikadelle _{w,M} mit Petersiliensoße _w und BIO- Kartoffeln, Gurkensalat, Obst	Eierkuchen _{w,E,M} mit Zucker und Apfelmus, Knabbergemüse	1.Weihnachtstag	
Essen 2	Gemüserösti _{w,E} mit Kräuterschmand _M und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Mediterranes Ratatouillegemüse mit BIO- Reis, Gurkensalat, Obst	Szegediner Krautgulasch _w (Schwein) mit BIO- Kartoffeln, Apfelmus, Knabbergemüse		
Mittwoch Essen 1	Bunter Erbseneintopf _L mit Majoran, BIO- Brot _{w,R} , Vanillepudding _M , Knabbergemüse	Brühereis _L mit Hühnerfleisch, BIO- Brot _{w,R} , Pflirsichkompott, Knabbergemüse	Grüne Bohneneintopf mit frischen Kräutern, BIO- Brot _{w,R} , Himbeerjoghurt _M , Knabbergemüse	2.Weihnachtstag	
Essen 2	Blattspinat in Sahnesoße _{w,M} mit BIO- Nudeln _w , Reibekäse _M , Vanillepudding _M , Knabbergemüse	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung _M und Sauerrahmdip _M , Pflirsichkompott, Knabbergemüse	BIO- Nudeln all Pesto Rosso _w , Reibekäse _M , Himbeerjoghurt _M , Knabbergemüse		
Donnerstag Essen 1	Bulette (Schwein) _w mit Soße _w , Erbsen und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse	Hähnchenschnitzel _w mit Soße _w , Mischgemüse und BIO- Reis, Obst, Knabbergemüse	Hühnerfrikassee _w mit jungem Gemüse und BIO- Reis, Obst, Knabbergemüse	geschlossen	
Essen 2	Tomatensuppentopf mit BIO- Reis, BIO- Brot _{w,R} , Obst, Knabbergemüse	Bunter Gemüse- Kartoffeltopf, BIO- Brot _{w,R} , Obst, Knabbergemüse	Kohlrabieintopf _L mit frischen Kräutern, BIO- Brot _{w,R} , Obst, Knabbergemüse		
Freitag Essen 1	Seelachsfilet _w mit Honig- Senfsoße _{w,M} und BIO- Kartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst	Eier in Senfsoße _{w,N,E} mit Möhren und Kartoffelpüree _{M,B} , Gemüsestücke, Obst	Fischstäbchen _w mit Dillsoße _{w,M} und BIO- Kartoffeln, Möhrensalat, Obst	geschlossen	
Essen 2	Linsencurry mit Kokosmilch und BIO- Bulgur _w , Karotten- Krautsalat, Obst	Schweinegeschnetzeltes _w mit Champignons und BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	Nudel- Gemüseauflauf _{w,M} , Möhrensalat, Obst		



Frischetheke: Wir bieten täglich frische Obst- und Gemüsestücke zu jedem Mittagessen an.

Wir verwenden Nudeln, Reis, Mehl und Brot nur in BIO- Qualität. Zucker wird nur als Roh-Rohrzucker in BIO- Qualität verarbeitet. Andere Produkte in BIO- Qualität sind im Speiseplan gekennzeichnet. DE-ÖKO-034

Entsprechend der LIMV weisen wir darauf hin, dass unsere Speisen grundsätzlich Spuren von folgenden Allergenen enthalten können:

Deklarationen
M: Milchprodukte
B: Butter
E: Ei
C: Schalenfrüchte

L: Sellerie
N: Senf
S: Soja
I: Sesam
D: Dinkel
G: Gerste
H: Hafer
R: Roggen
W: Weizen

BlauArt Catering e.K
Neuendorfer Str. 39b, 14480 Potsdam
Tel. 03 31/ 2 75 17 44 (AB)
Fax 03 31/ 2 75 17 27
kueche@blauart.de