

# Speisenplan März 2019

## „Waldstadt Grundschule Potsdam“

Änderungen vorbehalten	01.03.2019	04.03. – 08.03.2019	11.03. – 15.03.2019	18.03. – 22.03.2019	25.03. – 29.03.2019
<b>Montag</b>					
Essen 1		Milchreis <sub>M</sub> mit Zimtzucker und Apfelsmus, Knabbergemüse	BIO- Jagdwurst (Schwein) in Tomatensoße <sub>w, N</sub> mit BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Apfel, Knabbergemüse	Kräuterquark <sub>M</sub> mit BIO- Kartoffeln, Butter, Banane, Knabbergemüse	Tomaten- Frischkäsesoße <sub>w, M</sub> „Philadelphia“ mit BIO- Penne <sub>w</sub> , Obst, Knabbergemüse
Essen 2		Gemüsefrikadelle <sub>w, E</sub> mit Paprikasoße <sub>w</sub> und BIO- Kartoffeln, Apfelsmus, Knabbergemüse	Leipziger Allerlei in Holländischer Soße <sub>M, E</sub> mit BIO- Kartoffeln, Apfel, Knabbergemüse	Zucchini- Tomatensoße <sub>w</sub> mit BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Reibekäse <sub>M</sub> , Banane, Knabbergemüse	Kohlrabi- Kräutermedaillon <sub>w, E, N</sub> mit Italienischer Kräutersoße <sub>w</sub> , BIO- Reis, Obst, Knabbergemüse
<b>Dienstag</b>					
Essen 1		Rührei <sub>M, E</sub> mit Rahmspinat <sub>w, M</sub> und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Hähnchenschnitzel <sub>w</sub> mit Soße <sub>w</sub> , Bohnen und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse	Eierkuchen <sub>E, M, W</sub> mit Zucker und Apfelsmus, Knabbergemüse	Kabeljaufilet mit Erbsen- Sahnesoße <sub>w, M</sub> und BIO- Kartoffeln, Gurken- Tomatensalat, Obst
Essen 2		Sojageschnetzeltes <sub>s, w</sub> mit Champignons und BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	Vanillemilchnudeln <sub>w, E, M</sub> , Obst, Knabbergemüse	Schmorkohl mit Schweinehackfleisch <sub>w</sub> und BIO- Kartoffeln, Apfelsmus, Knabbergemüse	Kichererbsencurry mit Kokosmilch und BIO- Bulgur <sub>w</sub> , Gurken- Tomatensalat, Obst
<b>Mittwoch</b>					
Essen 1		Kartoffelsuppe <sub>L</sub> mit Wiener, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Kirschjoghurt <sub>M</sub> , Knabbergemüse	Bunter Linseneintopf <sub>L</sub> mit Thymian, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Schokopudding <sub>M</sub> , Knabbergemüse	Brühdudeln <sub>L, W, E</sub> mit Hühnerfleisch, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Erdbeerquark <sub>M</sub> , Knabbergemüse	Frühlingsgemüseintopf mit frischen Kräutern, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Pflirsichkompott, Knabbergemüse
Essen 2		Vegetarische Thaipfanne mit Kokosmilch und Kurkumareis, Kirschjoghurt <sub>M</sub> , Knabbergemüse	Käse- Sahnesoße <sub>M, W</sub> mit bunten BIO- Penne <sub>w</sub> , Schokopudding <sub>M</sub> , Knabbergemüse	Vegetarisches Gemüsefrikasse <sub>w</sub> mit BIO- Reis, Erdbeerquark <sub>M</sub> , Knabbergemüse	Blattspinat in Sahnesoße <sub>w, M</sub> mit bunten BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Reibekäse <sub>M</sub> , Pflirsichkompott, Knabbergemüse
<b>Donnerstag</b>					
Essen 1		Schweinebraten mit Soße <sub>w</sub> , Rotkohl und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse	Fischstäbchen <sub>w</sub> mit Dillsoße <sub>w, M</sub> und BIO- Kartoffeln, Gurkensalat, Obst	BIO- Bratwurst (Schwein) mit Soße <sub>w</sub> , Sauerkraut und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse	Bauernroulade <sub>w, E</sub> (Schwein) mit Soße <sub>w</sub> , Mischgemüse und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse
Essen 2		Tomaten- Suppentopf mit BIO- Reis, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Knabbergemüse	Kartoffel- Zucchini Curry mit Kokosmilch, Gurkensalat, Obst	Möhreneintopf <sub>L</sub> mit Liebstöckel, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Knabbergemüse	Vegetarischer Weißkohleintopf <sub>L</sub> , BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Knabbergemüse
<b>Freitag</b>					
Essen 1	Seelachsfilet <sub>w</sub> mit Rahmgemüse <sub>w, M</sub> und BIO- Kartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst	Fischfrikadelle <sub>w, M</sub> mit Petersiliensoße <sub>w</sub> und BIO- Kartoffeln, Bunter Gemüsesalat, Obst	Hackbällchen <sub>w, E</sub> (Rind/Schwein) in Letschosoße mit BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	Seehechtfilet <sub>w</sub> mit Honig- Senfsoße <sub>N, W</sub> und BIO- Kartoffeln, Möhrensalat, Obst	Hähnchenbrust in Currysoße <sub>w</sub> mit Gemüsestreifen und BIO- Reis, Grüne Gurke, Obst
Essen 2	Vegetarisches Chili mit BIO- Reis, Karotten Krautsalat, Obst	BIO- Nudeln al Pesto Rosso <sub>w</sub> , Reibekäse <sub>M</sub> , Bunter Gemüsesalat, Obst	Blumenkohl- Käsemedaillon <sub>w, E, L, M</sub> mit Gemüsesoße <sub>w</sub> und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Kartoffel- Brokkoliauflauf <sub>w, M</sub> , Möhrensalat, Obst	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung <sub>M</sub> und Sauerrahmdipp <sub>M</sub> , Grüne Gurke, 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