

# Speisenplan April 2019

## „Helmholtz Gymnasium Potsdam“

Änderungen vorbehalten	01.04. – 05.04.2019	08.04. – 12.04.2019	15.04. – 19.04.2019	22.04. – 26.04.2019	29.04. – 30.04.2019
<b>Montag</b> Essen 1	Grießbrei <sub>w, m</sub> mit Zimt- und Apfelmus, Knabbergemüse	BIO- Spaghetti „Bolognese“ <sub>w</sub> (BIO- Rind), Reibekäse <sub>m</sub> , Apfel, Knabbergemüse	<b>Ferien</b>	<b>Ostermontag</b>	Tomaten- Mozzarella-Soße <sub>w, m</sub> mit BIO- Penne <sub>w</sub> , Obst, Knabbergemüse
Essen 2	Chili con Carne (Huhn) mit BIO- Reis, Apfelmus, Knabbergemüse	Kaisergemüse in Holländischer Soße <sub>e, m</sub> mit BIO- Kartoffeln, Apfel, Knabbergemüse			Kürbis Chiasamen Burger mit Kräuterdip <sub>m</sub> und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse
<b>Dienstag</b> Essen 1	Eier in Senfsoße <sub>w, n</sub> mit Mischgemüse und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Fischstäbchen <sub>w</sub> mit Dillsoße <sub>w, m</sub> und BIO- Kartoffeln, Gurkensalat, Obst	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	Eierkuchen <sub>w, e, m</sub> mit heißen Kirschen, Gemüsestücke, Obst
Essen 2	Fruchtige Tomaten- Basilikumsoße <sub>w</sub> mit BIO- Penne <sub>w</sub> , Reibekäse <sub>m</sub> , Gemüsestücke, Obst	Falafelbällchen <sub>w</sub> in Gemüsesoße <sub>w</sub> mit BIO- Reis, Gurkensalat, Obst			Chinapfanne mit Hähnchenbrust und Gemüsestreifen, BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst
<b>Mittwoch</b> Essen 1	Brüheis mit Hühnerfleisch <sub>l</sub> , BIO- Brot <sub>w, r</sub> , Zitronenquark <sub>m</sub> , Knabbergemüse	Bunter Erbseneintopf <sub>l</sub> mit Majoran, BIO- Brot <sub>w, r</sub> , Vanillepudding <sub>m</sub> , Knabbergemüse	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	
Essen 2	Kartoffel- Paprikapfanne <sub>m, w</sub> , Zitronenquark <sub>m</sub> , Knabbergemüse	Käse- Lauchsoße <sub>w, m</sub> mit bunten BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Vanillepudding <sub>m</sub> , Knabbergemüse			
<b>Donnerstag</b> Essen 1	Buletten <sub>w</sub> (Schwein) mit Soße <sub>w</sub> , Bohnen und BIO- Kartoffeln, Obst, Knabbergemüse	Hühnerfrikassee <sub>w</sub> mit jungem Gemüse und BIO- Reis, Obst, Knabbergemüse	<b>Ferien</b>	<b>Ferien</b>	
Essen 2	Wirsingkohleintopf, BIO- Brot <sub>w, r</sub> , Obst, Knabbergemüse	Gemüse- Kartoffeltopf, BIO- Brot <sub>w, m</sub> , Obst, Knabbergemüse			
<b>Freitag</b> Essen 1	Seelachsfilet <sub>w</sub> mit Honig- Senfsoße <sub>w, n</sub> und BIO- Kartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst	Schweinegulasch <sub>w</sub> mit Rotkohl und BIO- Kartoffeln, Grüne Gurke, Obst	<b>Karfreitag</b>	<b>Ferien</b>	
Essen 2	Vegetarisches Linsencurry mit BIO- Bulgur <sub>w</sub> , Karotten- Krautsalat, Obst	Gemüse- Kartoffelrösti <sub>w, e</sub> mit Sauerrahmdip <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 Rohrohrzucker 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