

Speisenplan Mai 2019

„Helmholtz Gymnasium Potsdam“

Änderungen vorbehalten	01.05. – 03.05.2019	06.05. – 10.05.2019	13.05. – 17.05.2019	20.05. – 24.05.2019	27.05. – 31.05.2019
Montag					
Essen 1		Milchreis _M mit Zimtzucker und Apfelmus, Gemüsestücke	BIO- Jagdwurst (Schwein) in Tomatensoße _{W, N} mit BIO- Spirelli _W , Obst, Gemüsestücke	Bärlauchquark _M mit BIO- Kartoffeln, Butter _B , Banane, Gemüsestücke	Tomaten- Hackfleischsoße _W (Huhn) mit BIO- Penne _W , Reibekäse _M , Apfel, Gemüsestücke
Essen 2		Blumenkohl- Käsemedaillon _{W, E, L, M} mit Paprikasoße _W und BIO- Kartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke	Leipziger Allerlei in Holländischer Soße _{M, E} mit BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Gemüsefrikadelle _{W, E} mit Tomatensoße _W und BIO- Reis, Banane, Gemüsestücke	Vollkornbratling _{W, E, L} mit Gemüsesoße _W und BIO- Kartoffeln, Apfel, Gemüsestücke
Dienstag					
Essen 1		Fischfrikadelle _{W, M} mit Kräutersoße _W und BIO- Kartoffeln, Gurkensalat	Rührei _{M, E} mit Rahmspinat _W und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke	Seelachsfilet _W mit Honig- Senfsoße _{W, N} und BIO- Kartoffeln, Möhrensalat	Eierkuchen _{W, E, M} mit Zucker und Apfelmus, Gemüsestücke
Essen 2		Blattspinat in Sahnesoße _{W, M} mit BIO- Penne _W , Reibekäse _M , Gurkensalat	Vegetarisches Gemüsefrikassee _W mit BIO- Reis, Gemüsestücke	Vegetarische Thaipfanne mit Kokosmilch und BIO- Reis, Möhrensalat	Schmorkohl mit Schweinehackfleisch _W und BIO- Kartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke
Mittwoch					
Essen 1	Maifeiertag	Kartoffelsuppe _L mit Wiener, BIO- Brot _{W, R} , Pfirsichkompott, Gemüsestücke	Brühnudeln _{W, E} mit Hühnerfleisch, BIO- Brot _{W, R} , Schokopudding _M , Gemüsestücke	Bunter Linseneintopf _L mit Thymian, BIO- Brot _{W, R} , Himbeerjoghurt _M , Gemüsestücke	Frühlingsgemüseintopf mit frischen Kräutern, BIO- Brot _{W, R} , Obst, Gemüsestücke
Essen 2		Sojageschnetzeltes _{S, W} mit Champignons und BIO- Reis, Pfirsichkompott, Gemüsestücke	Zucchini- Kartoffelcurry mit Kokosmilch, Schokopudding _M , Gemüsestücke	Tomaten- Frischkäsesoße „Philadelphia“ _{W, M} mit BIO- Spirelli _W , Himbeerjoghurt _M , Gemüsestücke	Käse- Sahnesoße _{W, M} mit bunten BIO- Spirelli _W , Obst, Gemüsestücke
Donnerstag					
Essen 1	Putengulasch _W mit Rotkohl und BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Hähnchenschnitzel _W mit Soße _W , Erbsen- Maisgemüse und BIO- Reis, Obst, Gemüsestücke	Klopse _E (Schwein) in pikanter Soße _W , Möhren und BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke	BIO- Bratwurst (Schwein) mit Soße _W , Sauerkraut und BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Christi Himmelfahrt
Essen 2	Tomaten- Suppentopf mit Eiernudeln _{W, E} , BIO- Brot _{W, R} , Obst, Gemüsestücke	Kürbis- Kokossuppe mit Roten Linsen, BIO- Brot _{W, R} , Obst, Gemüsestücke	Vanillemilchnudeln _{W, E, M} , Obst, Gemüsestücke	Möhreneintopf _L mit Liebstöckel, BIO- Brot _{W, R} , Obst, Gemüsestücke	
Freitag					
Essen 1	Seehechtfilet _W mit Dillsoße _{W, M} und BIO- Kartoffeln, Karotten- Krautsalat	Curryhuhn _W mit Gemüsestreifen und BIO- Reis, Grüne Gurke	Fischstäbchen _W , Erbsen- Sahnesoße _{W, M} und BIO- Kartoffeln, Bunter- Gemüsesalat	Hackbällchen _{W, E} (Rind/Schwein) in Letschosoße mit BIO- Reis, Gemüsestücke	geschlossen
Essen 2	Tomaten- Zucchini- Soße _W mit BIO- Spirelli _W , Reibekäse _M , Karotten- Krautsalat	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung _M und Sauerrahmdip _M , Grüne Gurke	Kartoffel- Blumenkohlaufauf _{W, M} , Bunter Gemüsesalat	Rucola- Süßkartoffelschnitte _{W, G} mit Dip _M und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke	



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