

Speisenplan Juni 2019

„Helmholtz Gymnasium Potsdam“

Änderungen vorbehalten	03.06 – 07.06.2019	10.06. – 14.06.2019	17.06. – 21.06.2019	24.06. – 28.06.2019
Montag Essen 1	Schnittlauchquark _M mit BIO- Kartoffeln, Butter _B , Banane, Gemüsestücke	Pfingstmontag	BIO- Spaghetti „Bolognese“ _w (BIO- Rind), Reibekäse _M , Apfel, Gemüsestücke	Ferien
Essen 2	Chili con Carne (Huhn) mit BIO- Reis, Banane, Gemüsestücke		Kaisergemüse in Holländischer Soße _{M, E} mit BIO- Kartoffeln, Apfel, Gemüsestücke	
Dienstag Essen 1	Chinapfanne _M mit Hähnchenbrust und Gemüsestreifen, Kurkumareis, Gemüsestücke, Obst	Seelachsfilet _w mit Rahmgemüse _{w, M} und BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Eierkuchen _{w, M, E} mit Zucker und Apfelmus, Gemüsestücke	Ferien
Essen 2	Chiasamen Bratling, Erbsengemüse _{w, M} und BIO- Kartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Vegetarisches Linsencurry mit BIO- Bulgur _w , Obst, Gemüsestücke	Szegediner Krautgulasch _w (Schwein) mit BIO- Kartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke	
Mittwoch Essen 1	Brühereis mit Hühnerfleisch _L , BIO- Brot _{w, R} , Erdbeerquark _M , Gemüsestücke	Grüne Bohneneintopf, BIO- Brot _{w, R} , Vanillepudding _M , Gemüsestücke	Kohlrabieintopf _L mit frischen Kräutern, BIO- Brot _{w, R} , Obst	Ferien
Essen 2	Gemüse- Kartoffelpfanne _{w, M} , Erdbeerquark _M , Gemüsestücke	Tomaten- Mozzarellasoße _{w, M} mit BIO- Penne _w , Vanillepudding _M , Gemüsestücke	Vegetarisches Chili mit BIO- Reis, Obst	
Donnerstag Essen 1	Buletten _w (Schwein) mit Soße _w , Mischgemüse und BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Hühnerfrikassee _w mit jungem Gemüse und BIO- Reis, Apfelmus, Gemüsestücke	Ferien	Ferien
Essen 2	Tomaten- Suppentopf mit BIO- Reis, BIO- Brot _{w, R} , Obst, Gemüsestücke	Hirsebrei _M mit Zimtucker und Apfelmus, Gemüsestücke		
Freitag Essen 1	Fischfrikadelle _{w, M} mit Petersiliensoße _w und BIO- Kartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst	Putengulasch _w mit Champignons und Risi-Bisi, Grüne Gurke, Obst	Ferien	Ferien
Essen 2	Käse- Lauchsoße _{w, M} mit bunten BIO- Spirelli _w , Karotten- Krautsalat, Obst	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung _M und Sauerrahmdip _M , 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 G: Gerste
N: Senf H: Hafer
S: Soja R: Roggen
I: Sesam W: Weizen
D: Dinkel

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