

Speisenplan Oktober 2020

„Voltaire Gesamtschule Potsdam“

| Änderungen vorbehalten | 1.10. – 2.10.2020 | 5.10. – 9.10.2020 | 12.10. – 16.10.2020 | 19.10. – 23.10.2020 | 26.10. – 30.10.2020 |
|------------------------------|---|---|---------------------|---------------------|---|
| Montag Essen 1 | | Grießbrei _{w, M} mit Zimtzucker und Kirschkompott, Gemüsestücke | Ferien | Ferien | Fruchtige Tomatensoße _w mit BIO- Spirelli _w , Reibekäse _m , Apfel, Gemüsestücke |
| Essen 2 | | Gemüsefrikadelle _{w, E} mit Erbsen in Sahnesoße _{w, M} und BIO- Kartoffeln, Kirschkompott, Gemüsestücke | | | Gemüserösti _{w, E} mit Karottensoße _w und BIO- Kartoffeln, Apfel, Gemüsestücke |
| Dienstag Essen 1 | | Fischfrikadelle _{w, M} Honig- Senfsoße _{w, N} und BIO- Kartoffeln, Gurkensalat, Obst | Ferien | Ferien | Eierkuchen _{w, E, M} mit Zucker und Apfelmus, Gemüsestücke |
| Essen 2 | | Zucchini- Tomatensoße _w mit BIO- Spirelli _w , Reibekäse _m , Gurkensalat, Obst | | | Schmorkohl mit Rinderhackfleisch _w und BIO- Kartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke |
| Mittwoch Essen 1 | | Brühnudeln mit Hühnerfleisch _{L, w, E} , BIO- Brot _{w, R} , Vanillepudding _m , Gemüsestücke | Ferien | Ferien | Kartoffelsuppe _L mit Wiener (Schwein), BIO- Brot _{w, R} , Heidelbeerquark _m , Gemüsestücke |
| Essen 2 | | Kürbis- Zucchini Curry mit BIO- Reis, Vanillepudding _m , Gemüsestücke | | | Vegetarische Thaipfanne mit Kokosmilch und BIO- Reis, Heidelbeerquark _m , Gemüsestücke |
| Donnerstag Essen 1 | Eier _E in Senfsoße _{w, N} mit Mischgemüse und Kartoffelpüree _{m, B} , Obst, Gemüsestücke | Boulette _w (Schwein) mit Soße _w , grünen Bohnen und BIO- Kartoffeln, Obst, Gemüsestücke | Ferien | Ferien | Hähnchenschnitzel _w mit Soße _w , Erbsen und BIO- Reis, Obst, Gemüsestücke |
| Essen 2 | Weißer Bohneneintopf _L , BIO- Brot _{w, R} , Obst, Gemüsestücke | Kohlrabieintopf _L mit frischen Kräutern, BIO- Brot _{w, R} , Obst, Gemüsestücke | | | Bunter Gemüseintopf, BIO- Brot _{w, R} , Obst, Gemüsestücke |
| Freitag Essen 1 | Seehechtfilet _w mit Dillsoße _{w, M} und BIO- Kartoffeln, Möhrensalat, Obst | Hähnchengeschnetzeltes _w mit Paprika und BIO- Reis, Grüne Gurke, Obst | Ferien | Ferien | Fischstäbchen _w mit Kräutersoße _w und BIO- Kartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst |
| Essen 2 | Vegetarische Gemüsecurry mit Kokosmilch und BIO- Bulgur _w , Möhrensalat, Obst | Kartoffeltaschen mit Brokkoli Füllung _m , Paprika Schmand _m , Grüne Gurke, Obst | | | Linsenbolognese mit BIO- Pennew, Reibekäse, Karotten- Krautsalat, Obst |



Essen 3: verschiedene Salatboxen

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