



## Speiseplan vom 20.01. - 24.01.2020

### Wilhelm-Hittorf-Gymnasium

	DGE-Menü		Menü A		Menü B		Menü C
Montag	Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup> <b>BIO</b> -Erbsen-Möhren-Gemüse   Grünkern-Sprossen-Bratling <sup>E,G1,G4,G5,G6,M,S,Sj,Sn</sup> (mit <b>BIO</b> -Grünkern) mit Soße <b>BIO</b> -Kartoffeln   Frischobst <sup>O</sup>		Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup> <b>BIO</b> -Erbsen-Möhren-Gemüse   Putenbraten <sup>G1</sup> mit Soße <b>BIO</b> -Kartoffeln   Frischobst <sup>O</sup>				1 Brötchen <sup>G1</sup>  Salatbuffet <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Frischobst <sup>O</sup>
Dienstag	Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Brokkoli-Nuss-Ecke <sup>E,G1,N2,Sn</sup> mit Rahmsauce <sup>M</sup> Spätzle <sup>E,G1</sup>  Mandarinen-joghurtspeise <sup>M</sup>		Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Köttbular (Schwedische Hackbällchen) in Rahmsauce <sup>M</sup> <b>BIO</b> -Kartoffeln   Mandarinen-joghurtspeise <sup>M</sup>				1 Brötchen <sup>G1</sup>  Salatbuffet <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Mandarinen-joghurtspeise <sup>M</sup>
Mittwoch	Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Seelachsfilet (paniert) <sup>F,G1</sup> mit Rahmspinat <sup>M</sup> Kartoffelbrei <sup>E,M</sup>  Schokoladenpudding <sup>M</sup>	 			Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Nudelaufauf „Jäger Art“ <sup>E1,M</sup> (mit Champignons und Zwiebeln) <b>B1</b> : vegetarisch <b>B2</b> : mit Rinderhackfleisch  Schokoladenpudding <sup>M</sup>	 	1 Brötchen <sup>G1</sup>  Salatbuffet <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Schokoladenpudding <sup>M</sup>
Donnerstag	Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup> Mexikogemüse <sup>2</sup> (Kidneybohnen, Mais, Möhren, Erbsen und Paprika)  Putenroulade <sup>B,S,Sn</sup> mit Gemüsefüllung (Möhre, Sellerie, Porree) mit Bratensoße Naturreis  Zitronenkuchen <sup>2,E,G1</sup>				Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup> 1 Brötchen <sup>G1</sup>  <b>BIO</b> -Kartoffel-Möhren-Suppe <b>B1</b> : vegetarisch  <b>B2</b> : mit Rinderhack  Zitronenkuchen <sup>2,E,G1</sup>	 	1 Brötchen <sup>G1</sup>  Salatbuffet <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Zitronenkuchen <sup>2,E,G1</sup>
Freitag	Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Rindergulasch „Ungarisch“ mit frischer Paprika Kartoffelklöße <sup>2,E</sup>  Kirschquark <sup>M</sup>				Salatauswahl <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup> 3 Reibplätzchen <sup>E,G1</sup> mit Apfelmus <sup>3</sup>  Kirschquark <sup>M</sup>		1 Brötchen <sup>G1</sup>  Salatbuffet <sup>2,B,E,G1,M,Sn</sup>  Kirschquark <sup>M</sup>

vollw = vollwertig, 2= Farbstoffe, 3= Konservierungsstoffe, 4 = Nitritpökelsalz, 5 = Antioxidationsmittel, 6 = geschwärzt, 7= Phosphat, B= Süßungsmittel, E = Erdnuss, Ei = Ei, F = Fisch (nahezu grätenfrei), G = Glutenhaltiges Getreide, G1= Weizen, G2 = Roggen, G3 = Gerste, G4 = Grünkern, G5 = Hafer, G6 = Dinkel, K = Krebstiere, M = Milch/Laktose, N = Schalenfrüchte, N1 = Mandeln, N2 = Haselnüsse, N3 = Walnüsse, N4 = Cashewnüsse, S = Sellerie, Se = Sesam, Sj = Soja, Sn = Senf, Sw= geschwefelt, R = Gurke, Kohlrabi, Möhre, Paprika, O = täglich und saisonal wechselnd

Da bei der Produktion alle 14 Hauptallergene verwendet werden, kann eine Kreuzkontamination nicht ausgeschlossen werden.



Die grün hinterlegten Komponenten entsprechen den DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder sowie für die Schulverpflegung und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

Wir wünschen Ihnen  
„Guten Appetit“



DE-ÖKO-012