

Woche 14.05.-18.05.2018 (Änderungen vorbehalten)

Wir liefern täglich frisches Obst und Gemüse.

Birkenhof Grundschule

Montag	Klassik	Mit Käse überbackener Blumenkohl (12) (Bio Blumenkohl) auf einer Tomatensauce (1,2,21,22) (Bio-Vollkornmehl, Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) und dazu Bio-Fussili (1,2)	kcal: 435 F: 7.83	E: 17.15 KH: 71.31
	Veggie			
	Vital	Gemüsepfanne an einer Mexicosauce (1,2,6,21) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Möhrenwürfel, Bio-Tomatenwürfel, Bio-Paprikastreifen, Bio-Grünkern, Kidneybohnen) dazu gelben Reis (Bio-Reis)	kcal: 374 F: 11.34	E: 8.47 KH: 59.07
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, weiße Bete Salat		
Dienstag	Klassik			
	Veggie	FrISCHE Möhren (12) mit Bio-Butter auf einer Petersiliensauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Käse) und dazu Salzkartoffeln	kcal: 362 F: 13.08	E: 6.98 KH: 51.73
	Vital	"Köttbullar" (1,2,8) Hackklösschen vom Hähnchen auf einer Bratenrahmsauce (1,2,12,21) (Bio-Zwiebeln) Preiselbeeren und Kartoffelstampf (12) (Bio-Milch, Bio-Butter)	kcal: 416 F: 14.45	E: 18.41 KH: 50.56
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Couscoussalat (1,2)		
Mittwoch	Klassik	Karotten - Blumenkohlgemüse (1,2,12,21,22) (Bio-Blumenkohl) in einer Käsesauce (Bio-Käse, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit Bio-Langkornreis	kcal: 447 F: 20.27	E: 11.57 KH: 53.74
	Veggie	Tomatensuppe (1,2,12,21,22) (Vorsuppe) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Sahne) Grießbrei (1,2,12) (Bio-Milch) mit Fruchtsauce (schwarze Johannisbeeren, rote Johannisbeeren, Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren)	kcal: 528 F: 16.45	E: 19.27 KH: 72.22
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, mexikanischer Gemüsesalat		
Donnerstag	Klassik			
	Veggie	FrISCHE Knöpfe (1,2,8) mit einer Käsesauce (1,2,12,21,22) (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Käse) und dazu Blumenkohl-Möhrengemüse mit Erbsen (Bio-Blumenkohl, Bio-Möhren)	kcal: 505 F: 23.82	E: 16.51 KH: 53.05
	Vital	"Berliner Würzfleisch" (1,2,9,11,12,21) (Geflügel) in einer würzigen Rahmsauce (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln) mit Champignons, geriebenem Käse (12) und dazu Salzkartoffeln	kcal: 408 F: 17.81	E: 19.08 KH: 41.72
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Gurkensalat (Essig, Öl)		
Freitag	Klassik	Tomaten-Rahmsuppe (1,2,12,21,22) (Bio-Tomatenwürfel, Bio-Sellerie, Bio-Sahne, Bio-Zwiebeln) und Bio-Reis und dazu Croutons (1,2)	kcal: 493 F: 20.88	E: 17.9 KH: 56.72
	Veggie			
	Vital	Curry vom Seelachs (1,2,9,12,21,22) mit buntem Gemüse (Bio-Sellerie, Bio-Zwiebeln, Bio-Paprika, Bio-Möhren, Bio-Mais, Bio-Erbsen) und dazu Bio-Reis	kcal: 375 F: 11.48	E: 8.51 KH: 59.04
	Frische-Bar	frisches Obst und Gemüse, Gurken-Tomaten-Salat mit Ebly (1,2)		

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg)

E-Eiweiß
F-Fett
KH-Kohlenhydrate

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte, die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.