

# Speisenplan Januar 2022

## „Schiller Grundschule Potsdam“

Änderungen vorbehalten	3.1. – 7.1.2022	10.1. – 14.1.2022	17.1. – 21.1.2022	24.1. – 28.1.2022	31.1.2022
<b>Montag</b> Essen 1	Milchreis <sub>M</sub> mit Zimtucker und Apfelmus, Gemüsestücke	BIO- Jagdwurst (Schwein) in Tomatensoße <sub>w, n, l</sub> mit BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Banane, Gemüsestücke	Kräuterquark <sub>M</sub> mit Salzkartoffeln, Butter <sub>M</sub> , Banane, Gemüsestücke	Fruchtige Tomatensoße <sub>w</sub> mit BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Reibekäse <sub>M</sub> , Obst, Gemüsestücke	Vegetarische Thaipfanne mit Kokosmilch und BIO- Reis Apfel
Essen 2	Rucola Süßkartoffelbratling <sub>G, w</sub> mit Paprikasoße <sub>w</sub> und Salzkartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke	Kaisergemüse in Holländischer Soße <sub>E, M</sub> mit Salzkartoffeln, Banane, Gemüsestücke	Gemüsefrikadelle <sub>w, E</sub> mit Tomatensoße <sub>w</sub> und BIO- Reis, Banane, Gemüsestücke	Quinoa Erbsenfrikadelle mit Petersiliensoße <sub>w</sub> , Salzkartoffeln, Obst, Gemüsestücke	
<b>Dienstag</b> Essen 1	Fischstäbchen <sub>w</sub> mit Dillsoße <sub>w, M</sub> und Salzkartoffeln, Gurkensalat, Obst	Eierkuchen <sub>w, E, M</sub> mit Zucker und Apfelmus, Gemüsestücke	Seehechtfilet <sub>w</sub> mit Petersiliensoße <sub>w</sub> und Salzkartoffeln, Möhrensalat, Obst	Eier in Senfsoße <sub>w, E, N</sub> mit Möhren und Kartoffelpüree <sub>M</sub> , Gemüsestücke, Obst	
Essen 2	Kürbis Zucchini Curry mit Kokosmilch und BIO- Reis, Gurkensalat, Obst	Schmorkohl mit Eiweißschnetzel <sub>n, w, E, M</sub> und Salzkartoffeln, Apfelmus, Gemüsestücke	Gemüsecurry mit Blumenkohl, Zucchini und Bohnen, BIO- Bulgur <sub>w</sub> , Möhrensalat, Obst	Vegetarisches Chili mit BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	
<b>Mittwoch</b> Essen 1	Grüne Bohneneintopf, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Schokopudding <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Bunter Erbseneintopf <sub>L</sub> , BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Kirschquark <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Linseneintopf <sub>L</sub> mit Thymian, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Pfirsichkompott, Gemüsestücke	Brühdudeln <sub>w, E, L</sub> mit Hühnerfleisch, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Himbeerjoghurt <sub>M</sub> , Gemüsestücke	
Essen 2	Linsenbolognese <sub>L</sub> mit BIO- Spirelli <sub>w</sub> , Reibekäse <sub>M</sub> , Schokopudding <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Käse- Lauchsoße <sub>w, M</sub> mit bunten BIO- Fusilli <sub>w</sub> , Kirschquark <sub>M</sub> , Gemüsestücke	Mangold in Käsesoße <sub>w, M</sub> mit BIO- Penne <sub>w</sub> , Pfirsichkompott, Gemüsestücke	Vegetarischer Gemüseglasch <sub>w</sub> mit Salzkartoffeln, Himbeerjoghurt <sub>M</sub> , Gemüsestücke	
<b>Donnerstag</b> Essen 1	Klopse (Schwein) in pikanter Soße <sub>w</sub> mit Möhren und Salzkartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Rinderfrikadelle <sub>E, w</sub> mit Soße <sub>w</sub> , grünen Bohnen und Salzkartoffeln, Obst, Gemüsestücke	BIO- Geflügelbratwurst mit Soße <sub>w</sub> , Sauerkraut und Salzkartoffeln, Obst, Gemüsestücke	Hähnchenschnitzel <sub>w</sub> mit Soße <sub>w</sub> , Erbsen und BIO- Reis, Obst, Gemüsestücke	
Essen 2	Vegetarischer Wirsingkohleintopf, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Gemüsestücke	Tomatensuppentopf mit Eiernudeln <sub>w, E</sub> , BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Gemüsestücke	Bunter Gemüseintopf, BIO- Brot <sub>w, R</sub> , Obst, Gemüsestücke	Vanillemilchnudeln <sub>w, E, M</sub> , Obst, Gemüsestücke	
<b>Freitag</b> Essen 1	Chinapfanne mit Hähnchenbrust und Gemüsestreifen, BIO- Reis, Grüne Gurke, Obst	Seelachsfilet mit Kräutersoße <sub>w</sub> und Salzkartoffeln, Karotten- Krautsalat, Obst	Hackbällchen <sub>w, E</sub> (Geflügel) in Letschosoße mit BIO- Reis, Gemüsestücke, Obst	Fischfrikadelle <sub>w, M</sub> mit Schnittlauchsoße <sub>w</sub> und Salzkartoffeln, Bunter Gemüsesalat, Obst	
Essen 2	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung <sub>M</sub> und Sauerahmdip <sub>M</sub> , Grüne Gurke, Obst	Vegetarisches Gemüsefrikassee <sub>w</sub> mit BIO- Reis, Karotten- Krautsalat, Obst	Gemüserösti <sub>R, E</sub> mit Bärlauch Dip <sub>M</sub> und Salzkartoffeln, Gemüsestücke, Obst	Linsencurry mit Kokosmilch mit BIO- Bulgur <sub>w</sub> , Bunter Gemüsesalat, 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 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  
E: Ei  
C: Schalenfrüchte

L: Sellerie  
N: Senf  
S: Soja  
I: Sesam  
D: Dinkel  
G: Gerste  
H: Hafer  
R: Roggen  
W: Weizen

**BlauArt Catering GmbH**  
Werderscher Damm 8, 14471 Potsdam  
Tel. 03 31/ 2 75 17 44 (AB)  
Fax 03 31/ 2 75 17 28  
kueche@blauart.de