

Bitte **Bestellungen abgeben** bis zum: **23. Oktober '17**

Internet-Bestellungen unter: **www.wakos-gera.de**

(Abgabe per Fax, Post, Terminal, Essenausgabestelle oder persönlich)



Gekennzeichnete Menüs mit diesem Symbol bieten eine Orientierungshilfe für ein bedarfsgerechtes, ausgewogenes Mittagessen (nach den Kriterien des Dortmunder Forschungsinstitutes für Kinderernährung). Für einen Wochenspeiseplan (5 Tage) wird empfohlen: 1 Fleischgericht, 1 Eintopf, 1 Seefischgericht, 1 vegetarisches Gericht, 1 frei gewähltes Gericht (z.B. 1 Fleischgericht, 1 fleischfreies Gericht oder 1 süßes Hauptgericht).
x = ohne Fleisch (no meat)



WaKoS GmbH & Co. KG

Berliner Straße 157 | 07546 Gera

Tel. 03 65 / 4 378 110

Fax 03 65 / 4 378 132

verkauf@wakos-gera.de

www.wakos-gera.de

Name _____

Vorname _____

Schule _____

Klasse _____

Kunden-Nummer:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

01. 11. - 03. 11.		Menü A	Menü B	Menü C	E	Allergene (siehe letzte Menüzeile)
Mo		/	/	/	/	
Di		/	/	/	/	
Mi	01. 11.	Rührei, Rahmspinat, Salzkartoffeln (veget.) X (a,b,e,m)	Putengulasch, Gemüsereis, Pudding (3,a,b)	/	Schokomilch	a
Do	02. 11.	Gemüse-Rindfleisch-geschnetzeltes, Kartoffelpüree (hausg.), Kirschkompott (0,3,9,a,b,m)	Milchreis, Zucker, Zimt, Kirschkompott (veget.) X (9,a)	/	Erdbeermilch	a
Fr	03. 11.	Röstischnitzel (Schweinelachs m. Kartoffel-Zwiebelpanade) auf Mischgemüse, Salzkartoffeln (3,a,b,h,i)	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Schweinefleisch, Fruchtsaft 100% (5,b,m)	/	Vollmilch (natur)	a

	vom 01. 11.		bis 03. 11.	
	A	B	C	E
Mo	/	/	/	/
Di	/	/	/	/
Mi			/	
Do			/	
Fr			/	

06. 11. - 10. 11.		Menü A	Menü B	Menü C	E	Inhaltsstoffe (siehe letzte Menüzeile)
Mo	06. 11.	Gabelspagetti mit Soße „Miracoli“, Reibekäse (3,5,a,b,e)	Gemüseintopf mit Schweinefleisch, Dessert (a,b,m)	Pan. Möhrenschnitzel, Dillsoße, Salzkartoffeln, (veget.) X (a,b,e,l)	Schokomilch	
Di	07. 11.	Jägerschnitzel auf Kohlrabigemüse mit Petersilie, Salzkartoffeln (2,6,a,b,e,m)	Linseneintopf mit Wiener Würstchen, Banane (2,3,4,6,5,b,l,m)	Eierragout mit Salzkartoffeln, Banane (veget.) X (3,9,a,e,h,i)	Erdbeermilch	a
Mi	08. 11.	Königsberger Klops (hausg.), Salzkartoffeln, Gurkensalat (hausg.) (1,5,b,c,e,i,l,m)	Nudelsuppe mit Jagdwurstwürfeln, Apfelmus (2,3,6,5,b,e,l)	Grießklößchensuppe, 2 Kartoffelpuffer, Zucker, Apfelmus X (0,3,b,e,m)	Vanillemilch	a
Do	09. 11.	Roster auf Sauerkraut, Kartoffelpüree (hausg.) (3,9,a,b,m)	Vegetarische Thüringer Gartensuppe, Vollkornbaguette X (a,b,m)	Kohlrabicremesuppe, 2 Quarkkeulchen, Zucker, Apfelmus (veget.) X (3,a,b)	Bananenmilch	a
Fr	10. 11.	Alaska-Seelachs in Krosspanade, Kräuter-Senfsoße, Reis X (3,9,a,b,c,h,i)	Wiener Hackbraten, Soße, Salzkartoffeln, Blumenkohl (1,2,a,b,c,e,i,l,m)	Hähnchenstreifen auf buntem Mischsalat, Möhre, Gurke, French-Dressing, Baguette (Kaltmenü) (a,b,e,l)	Schokomilch	a

	vom 06. 11.		bis 10. 11.	
	A	B	C	E
Mo				
Di				
Mi				
Do				
Fr				

Änderungen vorbehalten!

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	vom 13. 11.		bis 17. 11.	
	A	B	C	E
Mo				
Di				
Mi				
Do				
Fr				

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	vom 20. 11.		bis 24. 11.	
	A	B	C	E
Mo				
Di				
Mi				
Do				
Fr				

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	vom 27. 11.		bis 30. 11.	
	A	B	C	E
Mo				
Di				
Mi				
Do				
Fr	/	/	/	/

Zutreffendes bitte ankreuzen!

13. 11. - 17. 11.		Menü A	Menü B	Menü C	E
Mo	13. 11.	Würstelgulasch mit Hörnchennudeln (1,2,3,6,9,b,e)	Buttergrießbrei, Zucker, Zimt, Pfirsichkompott (veget.) X (3,a,b)	Sesam-Karotten-Knuspersttick, Käse-Sahne-Soße, Salzkartoffeln (veget.) X (a,h,m)	Vanillemilch a
Di	14. 11.	Pan. Fischfilet (MSC), Broccolisofe, Salzkartoffeln X (a,b,c,m)	Erbseneintopf mit Wurstscheiben, Dessert (1,2,3,6,a,b,m)	Schweinegeschnetzeltes mit Curry-Sahne, Reis, Dessert (3,a,b,l,m)	Bananenmilch a
Mi	15. 11.	Hausmacher Boulette auf Fingermöhrchen in heller Soße, Kartoffelpüree (hausg.) (3,5,a,b,e,l)	Bunte Frühlingssuppe mit Hühnerfleisch, Brot (b,m)	Schokospeise mit Vanillesofe, Banane (veget.) X (1,a)	Erdbeermilch a
Do	16. 11.	Schweinebraten, Klöße, Gemüse „Leipziger Allerlei“ (5,b,h)	Grüner Bohneneintopf mit Schweinefleisch, Jogurt (5,a,b)	Hefeknödel mit Himbeeren (veget.) X (b,e)	Schokomilch a
Fr	17. 11.	Buntes Hühnergeschetztes mit Reis, Pudding (3,a,b,m)	Reiseintopf mit Hühnerfleisch, Brot, Pudding (a,b,m)	Bockwurst, Curryketchup, Nudelsalat (m.Gemüse) (Kaltmenü) (2,3,9,5,a,b,e,l,m)	Bananenmilch a

20. 11. - 24. 11.		Menü A	Menü B	Menü C	E
Mo	20. 11.	Hähnchenbruststreifen, Tomaten-Basilikumsoße, Korkenziehernudeln, Frisches Obst (3,b,e)	Soljanka nach „Art des Hauses“, Brötchen (1,2,3,9,5,b,l,m)	Grilltaler, Soße, Salzkartoffeln, Sauerkraut (3,4,8,5,a,b,l,m)	Vollmilch (natur) a
Di	21. 11.	Schweineschnitzel auf Erbsengemüse, Kartoffelpüree (hausg.) (a,b,e,m)	Gekochte Eier in Senfsoße, Salzkartoffeln, Karottensalat (hausg.) (veget.) X (3,9,e,h,l)	Hähnchen-Burger (Hähnchenschnitzel, Ei, Salat, Gurke) im Vollkornbrötchen, Joghurt dressing (Kaltmenü) (a,b,e,i)	Erdbeermilch a
Mi	22. 11.	Putenrollbraten, Klöße, Rotkraut (5,b,h,m)	Kartoffelsuppe "Thüringer Art" mit Wiener Würstchen, Apfelmus (2,3,4,6,5,l,m)	Brühe mit Einlage, 2 Eierkuchen, Zucker, Apfelmus (veget.) X (3,a,b,e,m)	Schokomilch a
Do	23. 11.	Meeresfiguren aus Alaska-Seelachs, Zitronen-Buttersofe, Kartoffelpüree (hausg.) X (2,3,4,a,b,c,e,i,l)	Möhreeneintopf mit Schweinefleisch, Dessert (3,b)	Fingernudeln mit Zimtpflaumen, Vanillesofe (veget.) X (3,a,b,e)	Bananenmilch a
Fr	24. 11.	Rindergulasch mit Spirelli, Pfirsichkompott (0,3,b,e)	Hähnchen-Nuggets, Geflügelsoße, Gemüsereis (3,b)	Blumenkohl-Käse-Knusperstern, Petersiliensoße, Rotes Kartoffelpüree mit Karotte (hausg.) (veget.) X (3,a,e,m)	Vanillemilch a

27. 11. - 30. 11.		Menü A	Menü B	Menü C	E
Mo	27. 11.	Pan. Putenschnitzel, Soße, Wintergemüse, Salzkartoffeln (a,b)	Weißkrauteintopf mit Schweinefleisch, Pudding (a,b,m)	Bunte Tortellini mit Käsefüllung, Tomaten-Fruchtsoße, Pudding (veget.) X (3,a,b,e)	Bananenmilch a
Di	28. 11.	Kasselerfleisch, Soße, Salzkartoffeln, Bohnengemüse (2,3,6,5,a,b)	Marinierter Hering, Salzkartoffeln, Banane X (2,4,9,a,c,e,l)	Blumenkohlcremesuppe, 2 Kartoffelpuffer Zucker, Apfelmus (veget.) X (3,a,b)	Schokomilch a
Mi	29. 11.	Hausg. Hackbällchen, Soße, Kartoffelpüree (hausg.), Kohlrabi-Möhrengemüse (3,5,a,b,e,l,m)	Gemüsesuppe mit Kartoffeln und Fleischklößchen, Aprikosenkompott (5,a,b,e,m)	Kräuter-Gurkenquark mit Salzkartoffeln, Fruchtsaft „Multivitamin“ 100 % (veget.) X (3,a)	Erdbeermilch a
Do	30. 11.	Hähnchenkeule, Geflügelsoße, Salzkartoffeln, Rotkohl (3,b,i,l,m)	Sächsischer Gräupcheneintopf mit Rindfleisch, Quarkspeise (3,a,b,m)	Gemüse-Knusperbagel, Soße Hollandaise, Salzkartoffeln (veget.) X (1,2,a,b,c,e,i,m)	Vanillemilch a
Fr		/	/	/	/

Zutreffendes bitte ankreuzen!