

Bitte **Bestellungen abgeben** bis zum: **23. Januar '19**

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. 02. - 01. 02.	Menü A	Menü B	Menü C	E	Allergene (siehe letzte Menüzeile)
Mo	/	/	/	/	a Milch einsch. Laktose b ₁ Gluten (Weizen) b ₂ Gluten (Roggen) b ₃ Gluten (Gerste) b ₄ Gluten (Hafer) c Fisch d Lupine e Eier f Krebstiere g Erdnüsse h Schwefeldioxid/Sulfite i Soja j ₁ Haselnüsse j ₂ Walnüsse j ₃ Cashewnüsse j ₄ Paranüsse j ₅ Pecannüsse j ₆ Macadamianüsse/ Queenslandnüsse j ₇ Mandeln j ₈ Pistazien k Sesamsamen l Senf m Sellerie n Weichtiere
Di	/	/	/	/	
Mi	/	/	/	/	
Do	/	/	/	/	
Fr 01. 02.	Hühnerfrikassee mit Gemüsereis <small>(1,2,a,b1,c,i,m)</small>	Bunter Kartoffel-Gemüse Eintopf, Frisches Obst (veget.) X (b1,m)	/	Bananenmilch a	

	vom 01. 02.		bis 01. 02.	
	A	B	C	E
Mo	/	/	/	/
Di	/	/	/	/
Mi	/	/	/	/
Do	/	/	/	/
Fr			/	

04. 02. - 08. 02.	Menü A	Menü B	Menü C	E	Inhaltsstoffe (letzte Menüzeile)
Mo 04. 02.	Jagdwurst in Tomatensoße, Hörnchennudeln, Pfirsichkompott <small>(2,3,6,5,b1,e,l,m)</small>	Milchreis, Zucker, Zimt, Pfirsichkompott (veget.) X (3,a)	/	Vanillemilch a	1 Farbstoff 2 Konservierungsstoff 3 Antioxydationsmittel 4 Geschmacksverstärker 5 geschwefelt 6 Nitritpökelsalz 7 gewachst 8 Phosphat 9 Süßungsmittel
Di 05. 02.	Pan. Fischfilet (MSC) auf gelbem Karottengemüse in heller Soße, Salzkartoffeln X (2,a,b1,b3,c,e,l)	Szegediner Gulasch, Salzkartoffeln, Pudding <small>(5,a,b1,i)</small>	/	Erdbeermilch a	0 Rindfleisch 5 Schweinefleisch
Mi 06. 02.	Putenrollbraten, Soße, Klöße, Kaisergemüse <small>(2,3,a,b1,b3,h)</small>	Nudel-Gemüse Eintopf mit Eierstich, Apfelmus (veget.) <small>(3,a,b1,e,m)</small>	Broccoliremesuppe, 2 Kartoffelpuffer, Zucker, Apfelmus (veget.) X (3,a,b1,e,m)	Schokomilch a	
Do 07. 02.	Roster, Soße, Salzkartoffeln, Sauerkraut <small>(3,5,b1,l,m)</small>	Bunte Frühlingssuppe mit Hühnerfleisch, Rote Grütze m. Vanillesoße <small>(a,b1,m)</small>	Grüne Gemüsepfanne mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, Rote Grütze mit Vanillesoße (veget.) X (2,a,b1,b3,e,l)	Bananenmilch a	
Fr 08. 02.	Geflügelhackbraten, Soße, Salzkartoffeln, Erbsen-Maisgemüse <small>(a,b1)</small>	Weißkrauteintopf mit Schweinefleisch, Himbeer-Mousse <small>(a,b1,i,m)</small>	Eier-Omelett, Rahmspinat, Salzkartoffeln (veget.) X (a,b1,e,m)	Vanillemilch a	

	vom 04. 02.		bis 08. 02.	
	A	B	C	E
Mo			/	
Di			/	
Mi				
Do				
Fr				

Änderungen vorbehalten!

Zutreffendes bitte ankreuzen!

vom 11. 02. bis 15. 02.					vom 18. 02. bis 22. 02.					vom 25. 02. bis 28. 02.				
A B C E					A B C E					A B C E				
Mo			/		Mo	11. 02. FERIEN	Grüne Spirelli, Schinken-Sahnesoße mit Gemüse, Frisches Obst (2,3,5,a,b1,e)	Möhrencremesuppe mit Hähnchenbruststreifen, Frisches Obst (a,i)	/			Erdbeer-milch		
Di			/		Di	12. 02. FERIEN	Hausmacher Boulette, Soße, Salzkartoffeln, Blumenkohl (1,2,5,a,b1,b3,c,e,i,l,m)	Kräuter-Gurkenquark, Salzkartoffeln, Drink „Himbeertraum“ (hausg.) (veget.) X (a)	/			Bananen-milch		
Mi			/		Mi	13. 02. FERIEN	Fischstäbchen, Dillsauce, Kartoffelpüree (hausg.), Pudding X (3 a,b1,c)	Thüringer Gartensuppe mit Fleischklößchen, Pudding (5,a,b1,e,m)	/			Schoko-milch		
Do			/		Do	14. 02. FERIEN	2 gekochte Eier, Senfsoße, Salzkartoffeln, Möhrensalat (hausg.) (veget.) X (3,9,e,h,l)	Schweinegulasch mit Makaroni, Möhrensalat (hausg.) (b1,e,i)	/			Vanille-milch		
Fr			/		Fr	15. 02. FERIEN	Hähnchenschnitzel „Wiener Art“ auf Kohlrabigemüse, Kartoffelpüree (a,b1,e)	Hefeknödel mit gemischten Früchten (veget.) X (3,b1,e)	/			Vollmilch (natur)		
Mo			/		Mo	18. 02.	Putengeschnetzeltes mit Gemüse, Reis (a,b1,m)	Käse-Lauch-Suppe mit Hackfleisch, Jogurt (5,a,b1,m)	/			Bananen-milch		
Di					Di	19. 02.	Jägerschnitzel mit Gabelspagetti, Tomatensoße, Frisches Obst (2,6,5,a,b1,e,l,m)	Rindfleischsuppe mit Kartoffeln und Gartengemüse, Frisches Obst (0,m)	Buttergrießbrei mit heißen Kirschen, Zucker, Zimt, (veget.) X (a,b1)			Erdbeer-milch		
Mi					Mi	20. 02.	Kohlroulade, Soße, Salzkartoffeln (5,b1,b3)	Nudel-Gemüse Eintopf, Pfirsich-Maracuja-Mousse (veget.) X (a,b1,e,i,m)	Hähnchenpfanne „exotisch“ (mit Ananas, Champ., Curry), Reis, Pfirsich-Maracuja-Mousse (a,b1,i)			Schoko-milch		
Do					Do	21. 02.	Hähnchenbrustfilet (natur) auf Fingermöhren in heller Soße, Salzkartoffeln	Fischwürfel (MSC) in Kräutersoße mit Gemüse, Salzkartoffeln, Dessert X (a,b1,c,m)	Fingernudeln mit Zimtpflaumen, Vanillesoße (veget.) X (3,a,b1,e)			Vanille-milch		
Fr					Fr	22. 02.	Grillwurst, Soße, Salzkartoffeln, Bayrisch Kraut (2,3,4,6,5,b1,m)	Soljanka nach „Art des Hauses“, Baguette (1,2,3,9,5,b1,i,l,m)	Gemüsepfanne (Blumenkohl, Bohnen, Möhren, Erbsen, Tomaten), Salzkartoffeln, Frisches Obst (veget.) X (a,b1,b3,e,i)			Bananen-milch		
Mo					Mo	25. 02.	Würstelgulasch mit Korkenziehernudeln, Pudding (1,2,3,6,5,a,b1,e,i)	Linsen-Gemüse-Kartoffeleintopf, Pudding (veget.) X (a,b1,m)	Milchreis „Vanille“, Zucker, Zimt, Birnenkompott (veget.) X (a)			Erdbeer-milch		
Di					Di	26. 02.	Gemüse-Rindfleischgeschnetzeltes, Reis, Frisches Obst (0,b1,m)	Gemüsesuppe mit Kartoffeln und Fleischklößchen, Baguette (5,b1,e,m)	Eierragout mit Gemüse, Salzkartoffeln, Bohnensalat (hausg.) (veget.) X (3,9,a,e,h,l)			Schoko-milch		
Mi					Mi	27. 02.	Tiegelwurst, Salzkartoffeln, Sauerkraut (2,3,5,a,b1,l,m)	Seehechtfilet (mehliert) (MSC), Petersiliensoße, Kartoffelpüree X (3,a,b1,c)	Vegetarische Bolognese (mit Soja), Spirelli, Quarkspeise X (3,a,b1,e,i)			Vollmilch (natur)		
Do					Do	28. 02.	Schweineschnitzel, Soße, Salzkartoffeln, Bohnengemüse (a,b1,e,m)	Tomatenreissuppe mit Geflügelfleischklößchen, Apfelmus (3,b1,e)	Eierkuchen mit Heidelbeeren gefüllt, Vanillesoße (veget.) X (a,b1,e)			Bananen-milch		
Fr	/	/	/	/	Fr		/	/	/	/	/	/		