

Oktober 2019

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

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

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



Name _____

Vorname _____

Schule _____

Klasse _____

Kunden-Nummer:

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

01.10. - 04.10.	Menü A	Menü B	Menü C	E	Allergene (siehe letzte Menüzeile)
Mo	/	/	/	/	
Di 01.10.	Schinkennudeln, Tomatensoße, Reibekäse, Jogurt (2,3 a,b1,e,m)	/	Nudel-Gemüse Eintopf, Jogurt (a,b1,e,m)	Vollmilch (natur) a	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
Mi 02.10.	Königsberger Klops (hausg.), Kapernsoße, Salzkartoffeln, Gurkensalat (hausg.) (b1,b3,e,i,l)	/	2 Eierkuchen mit Heidelbeeren gefüllt, Vanillesoße (a,b1,e)	Schoko- milch a	f Krebstiere g Erdnüsse h Schwefeldioxid/Sulfite i Soja
Do 03.10.	/	FEIERTAG	/	/	j ₁ Haselnüsse j ₂ Walnüsse j ₃ Cashewnüsse j ₄ Paranüsse j ₅ Pecannüsse
Fr 04.10.	Schweineschnitzel, Soße, Salzkartoffeln, Kohlrabi-Möhrengemüse (a,b1,e,m)	/	Fischstäbchen, Senfsoße, Kartoffelpüree (hausg.) (3,5 a,b1,c,h,l)	Erdbeer- milch a	j ₆ Macadamianüsse/ Queenslandnüsse k Mandeln l Pistazien m Sesamsamen n Senf o Sellerie p Weichtiere

	vom 01.10.		bis 04.10.	
	A	B	C	E
Mo	/	/	/	/
Di	/	/	/	/
Mi	/	/	/	/
Do	/	/	/	/
Fr	/	/	/	/

07.10. - 11.10.	Menü A	Menü B	Menü C	E	Inhaltsstoffe (letzte Menüzeile)
Mo 07.10. FERIEN	Gabelspagetti mit Soße „Bolognese“, Reibekäse, Pudding (a,b1,e)	/	Nudeleintopf mit Hühnerfleisch, Baguettescheiben (b1,e,m)	Bananen- milch a	1 Farbstoff 2 Konservierungsstoff 3 Antioxydationsmittel 4 Geschmacksverstärker 5 geschwefelt 6 Nitritpökelsalz 7 gewachst 8 Phosphat 9 Süßungsmittel
Di 08.10. FERIEN	Szegediner Gulasch, Salzkartoffeln (b1,i,l)	/	Buttergrießbrei, Zucker, Zimt, Kalte Kirschsoße (a,b1)	Schoko- milch a	
Mi 09.10. FERIEN	Hausmacher Boulette auf Bayrisch Kraut, Salzkartoffeln (a,b1,b3,e,i,m)	/	Kräuterquark, Butter, Salzkartoffeln (a)	Vanille- milch a	
Do 10.10. FERIEN	„Fischlis“, Dillssoße, Kartoffelpüree (hausg.), Bohnensalat (hausg.) (a,b1,c)	/	Gemüsesuppe mit Kartoffeln und Fleischklößchen, Brot (b1,b2,e,m)	Vollmilch (natur) a	
Fr 11.10. FERIEN	Hühnerfrikassee mit Gemüsereis, Apfelmus (1,2,3 a,b1,c,i,m)	/	Gräupcheneintopf mit Rauchfleisch, Apfelmus (2,3,6 b3)	Bananen- milch a	

	vom 07.10.		bis 11.10.	
	A	B	C	E
Mo	/	/	/	/
Di	/	/	/	/
Mi	/	/	/	/
Do	/	/	/	/
Fr	/	/	/	/

Änderungen vorbehalten!

Zutreffendes bitte ankreuzen!

		vom 14. 10.		bis 18. 10.									
		A	B	C	E								
		14. 10. - 18. 10.				Menü A		Menü B		Menü C		E	
Mo			/			Mo 14. 10. FERIEN	Jagdwurst in Tomatensoße, Schnecklinudeln, Quarkcreme „Vanille“ (2,3,6 a,b1,e,l,m)	/		Milchreis „Vanille“ mit heißen Beeren, Zucker, Zimt (a)		Vanillemilch	a
Di			/			Di 15. 10. FERIEN	Roster, Soße, Salzkartoffeln, Sauerkraut (3 b1,l,m)	/		Rührei, Rahmspinat, Salzkartoffeln (a,b1,b3,e,l,m)		Erdbeermilch	a
Mi			/			Mi 16. 10. FERIEN	Seelachsfilet (MSC) gedünstet, Kräuter-Senfsoße, Reis (2,3,5 a,c,h,l)	/		Grüner Bohneneintopf mit Schweinefleisch, Brot (b1,b2)		Schokomilch	a
Do			/			Do 17. 10. FERIEN	Grüne Spirelli, Schinken-Sahnesoße mit Gemüse, Rote Grütze mit Vanillesoße (2,3 a,b1,e)	/		Kürbiscremesuppe mit Hähnchenbruststreifen, Weißbrot (2 a,b1,i,m)		Bananenmilch	a
Fr			/			Fr 18. 10. FERIEN	Gönnataler Geflügelhackbraten „Gärtnerin“, Soße, Salzkartoffeln, Kaisergemüse (2 a,b1,l)	/		2 Hefeknödel mit Kirschen gefüllt, Vanillesoße (a,b1)		Vanillemilch	a
Zutreffendes bitte ankreuzen!													
		vom 21. 10.				bis 25. 10.							
		A	B	C	E								
		21. 10. - 25. 10.				Menü A		Menü B		Menü C		E	
Mo			/			Mo 21. 10.	Jägerschnitzel mit Hörnchennudeln, Tomaten-Kräutersoße, Frisches Obst (2,6 a,b1,e,l,m)	/		Bunter Kartoffel-Gemüseintopf, Frisches Obst (b1,m)		Erdbeermilch	a
Di			/			Di 22. 10.	Geflügelbratwurst, Soße, Salzkartoffeln, Mischgemüse (8 a,b1)	/		Kartoffelsuppe „Thüringer Art“ mit Wiener Würstchen (2,3,4,6 l,m)		Bananenmilch	a
Mi						Mi 23. 10.	Röstischnitzel (Schweinelachs mit Kartoffel-Zwiebelpanade) auf Kohlrabigemüse mit Petersilie, Kartoffelpüree (hausg.) (3 a,b1)	Grüne Gemüsepfanne mit Sauce Hollandaise, Salzkartoffeln, Joghurt (2 a,b1,b3,e,l)		Fleischklößchensuppe, 2 Kartoffelpuffer, Zucker, Apfelmus (3 b1,e)		Schokomilch	a
Do						Do 24. 10.	Pan. Fischfilet (MSC), Tomatensoße, Reis, Dessert (a,b1,c,m)	Vegetarische Bolognese (m. Soja), Tomaten-Kräutersoße, Makkaroni, Dessert (a,b1,e,i)		Möhrencremesuppe mit Hähnchenbruststreifen (a, i)		Erdbeermilch	a
Fr						Fr 25. 10.	Kochklops (hausg.), Petersiliensoße, Salzkartoffeln, Bunter Rohkostsalat (b1,b3,e,l)	2 gekochte Eier, Senfsoße, Salzkartoffeln, Bunter Rohkostsalat (3,5 a, e,h,l)		Rindfleischsuppe mit Kartoffeln und Gartengemüse, Brot (b1,b2,m)		Vollmilch (natur)	a
Zutreffendes bitte ankreuzen!													
		vom 28. 10.				bis 31. 10.							
		A	B	C	E								
		28. 10. - 31. 10.				Menü A		Menü B		Menü C		E	
Mo						Mo 28. 10.	Putengeschnetzeltes mit Gemüse, Reis (a,b1,m)	Holl. Grießspeise, Zucker, Zimt, Birnenkompott (a,b1)		Erbseneintopf mit Wiener Wurstscheiben (1,2,3,6 b1,m)		Bananenmilch	a
Di						Di 29. 10.	Hackbällchen (hausg.), Bratensoße, Salzkartoffeln, Bohnengemüse (a,b1,b3,e,l,m)	Bunte Frühlingssuppe mit Hühnerfleisch, Frisches Obst (b1,m)		Radiatorennudeln mit Tomaten-Sahnesoße, Frisches Obst (a,b1,e,m)		Erdbeermilch	a
Mi						Mi 30. 10.	Hähnchenbrustfilet (natur) auf Blumenkohl in holl. Soße, Salzkartoffeln (a,b1,b3,e,l,m)	Kohlrabi-Möhreneintopf mit Schweinefleisch, Apfelmus (3 b1,m)		Tomatensuppe, 2 Quarkkeulchen, Zucker, Apfelmus (3 a,b1,e,m)		Schokomilch	a
Do		/	/	/	/	Do 31. 10.	/	FEIERTAG		/		/	
Fr		/	/	/	/	Fr	/	/		/		/	
Zutreffendes bitte ankreuzen!													