

# Grundschule Mahlsdorf

## 07.05. - 11.05.



### Menü 1

#### Montag



Reiseintopf "Mecklenburger Art" mit  
Huhnfleisch  
Brötchen-Mix  
Obst \*

1601kj / 379kcal, Fett 5,5g, gesättigte Fettsäuren  
1,6g, Kohlenhydrate 59,2g, Zucker 22,4g,  
Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 19,6g, Salz 4,79g



S, G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

#### Dienstag



Schweinegeschneitztes "Gyros Art"  
Röstkartoffeln  
Kräuterquark (20%) \*  
Obst \*

2256kj / 539kcal, Fett 20,0g, gesättigte Fettsäuren  
5,3g, Kohlenhydrate 59,2g, Zucker 25,0g,  
Ballaststoffe 8,8g, Eiweiß 24,2g, Salz 3,18g



#### Mittwoch



Alaska-Seelachschnitte (aus nachhaltiger  
Fischwirtschaft) in Zitronen-Kräuterrahmsauce  
Langkornreis  
Dessert \*

2296kj / 546kcal, Fett 15,3g, gesättigte Fettsäuren  
8,1g, Kohlenhydrate 70,3g, Zucker 12,7g,  
Ballaststoffe 2,8g, Eiweiß 29,6g, Salz 3,14g



G, G1, Fi, M, Me, La, S

#### Donnerstag

Feiertag

0kj / 0kcal

#### Freitag

Ferien

0kj / 0kcal

### Menü 2

#### Montag



Vegetarische Linsensuppe  
Brötchen-Mix  
Obst \*

1890kj / 449kcal, Fett 9,8g, gesättigte Fettsäuren  
1,0g, Kohlenhydrate 70,8g, Zucker 23,3g,  
Ballaststoffe 10,0g, Eiweiß 13,8g, Salz 3,67g

S, G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

#### Dienstag



Reisnudel-Gemüse-Pfanne  
"vegetarisch"  
Obst \*

1541kj / 365kcal, Fett 5,4g, gesättigte Fettsäuren  
0,8g, Kohlenhydrate 65,5g, Zucker 30,8g,  
Ballaststoffe 7,9g, Eiweiß 8,9g, Salz 3,40g

G, G1, Ei

#### Mittwoch



Gemüsenuggets paniert  
Helle Cremesoße  
Stampfkartoffeln  
Dessert \*

2592kj / 620kcal, Fett 31,5g, gesättigte Fettsäuren  
8,7g, Kohlenhydrate 65,5g, Zucker 15,7g,  
Ballaststoffe 7,3g, Eiweiß 14,1g, Salz 3,58g

G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se

#### Donnerstag

Feiertag

0kj / 0kcal

#### Freitag

Ferien

0kj / 0kcal

# Grundschule Mahlsdorf

## 07.05. - 11.05.



### Menü 3

#### Montag



Reiseintopf "Mecklenburger Art" mit Huhnfleisch  
Brötchen-Mix  
Obst \*

1601kJ / 379kcal, Fett 5,5g, gesättigte Fettsäuren 1,6g, Kohlenhydrate 59,2g, Zucker 22,4g, Ballaststoffe 6,3g, Eiweiß 19,6g, Salz 4,79g

S, G, G1, G3, G4, Sb, M, Me, La, Se

#### Dienstag



Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"  
Röstkartoffeln  
Kräuterquark (20%) \*  
Obst \*

2256kJ / 539kcal, Fett 20,0g, gesättigte Fettsäuren 5,3g, Kohlenhydrate 59,2g, Zucker 25,0g, Ballaststoffe 8,8g, Eiweiß 24,2g, Salz 3,18g



#### Mittwoch



Gemüse Nuggets paniert  
Helle Cremesoße  
Stampfkartoffeln  
Dessert \*

2592kJ / 620kcal, Fett 31,5g, gesättigte Fettsäuren 8,7g, Kohlenhydrate 65,5g, Zucker 15,7g, Ballaststoffe 7,3g, Eiweiß 14,1g, Salz 3,58g

G, G1, Ei, M, Me, La, S, Se

#### Donnerstag

Feiertag

0kJ / 0kcal

#### Freitag

Ferien

0kJ / 0kcal

## Menü 1

## Menü 2

<b>Mo</b> 07.05.2018	Reiseintopf "Mecklenburger Art" mit Huhnfleisch <b>Enthält: Sellerie</b> Brötchen-Mix <b>Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Hafer, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sesam</b> Obst *
<b>Di</b> 08.05.2018	Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"  Röstkartoffeln  Kräuterquark (20%) *  Obst *
<b>Mi</b> 09.05.2018	Alaska-Seelachsschnitte (aus nachhaltiger Fischwirtschaft) in Zitronen-Kräuterrahmsauce <b>Enthält: Gluten, Weizen, Fisch, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie</b> Langkornreis  Dessert *
<b>Do</b> 10.05.2018	Feiertag
<b>Fr</b> 11.05.2018	Ferien

<b>Mo</b> 07.05.2018	Vegetarische Linsensuppe <b>Enthält: Sellerie</b> Brötchen-Mix <b>Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Hafer, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sesam</b> Obst *
<b>Di</b> 08.05.2018	Reisnudel-Gemüse-Pfanne "vegetarisch" <b>Enthält: Gluten, Weizen, Eier</b> Obst *
<b>Mi</b> 09.05.2018	Gemüsenuggets paniert <b>Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam</b> Helle Cremesoße <b>Enthält: Milch, Milcheiweiß, Sellerie</b> Stampfkartoffeln <b>Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose</b> Dessert *
<b>Do</b> 10.05.2018	Feiertag
<b>Fr</b> 11.05.2018	Ferien

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (\*) enthalten keine Angaben.

---

## Menü 3







---

<b>Mo</b> 07.05.2018	Reiseintopf "Mecklenburger Art" mit Huhnfleisch <b>Enthält: Sellerie</b> Brötchen-Mix <b>Enthält: Gluten, Weizen, Gerste, Hafer, Soja, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sesam</b> Obst *
<b>Di</b> 08.05.2018	Schweinegeschnetzeltes "Gyros Art"  Röstkartoffeln  Kräuterquark (20%) *  Obst *
<b>Mi</b> 09.05.2018	Gemüsenuggets paniert <b>Enthält: Gluten, Weizen, Eier, Milch, Milcheiweiß, Laktose, Sellerie, Sesam</b> Helle Cremesoße <b>Enthält: Milch, Milcheiweiß, Sellerie</b> Stampfkartoffeln <b>Enthält: Milch, Milcheiweiß, Laktose</b> Dessert *
<b>Do</b> 10.05.2018	Feiertag
<b>Fr</b> 11.05.2018	Ferien

Änderungen vorbehalten. Allergeninformationen liegen zur Einsicht in der Küche vor. Artikel mit Sternchen (\*) enthalten keine Angaben.

## Legende

---

	Alkohol	E	Erdnüsse
	Fisch	Ei	Eier
	Geflügelfleisch	Fi	Fisch
	Rindfleisch	G	Gluten
	Schweinefleisch	G1	Weizen
	vegetarisch	G2	Roggen
		G3	Gerste
		G4	Hafer
		G5	Dinkel
		G6	Kamut
01	Farbstoff	K	Krebstiere
02	Konservierungsmittel	La	Laktose
03	Antioxidationsmittel	Lp	Lupinen
04	Geschmacksverstärker	M	Milch
05	geschwefelt	Me	Milcheiweiß
06	geschwärzt	S	Sellerie
07	gewachst	Sb	Soja
08	Phosphat	Sd	Schwefeldioxid
09	Süßungsmittel	Se	Sesam
10	Zuckerart und Süßungsmittel	Sf	Schalenfrüchte
11	enth. eine Phenylalaninquelle	Sf1	Mandeln
12	kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken	Sf2	Haselnüsse
13	Milcheiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf3	Walnüsse
14	Eiklar (im Fleischerzeugnis)	Sf4	Kaschunüsse
15	unter Verwendung von Milch (im Fleischerzeugnis)	Sf5	Pecannüsse
16	unter Verwendung von Sahne (im Fleischerzeugnis)	Sf6	Paranüsse
17	Pflanzeneiweiß (im Fleischerzeugnis)	Sf7	Pistazien
18	Stärke (im Fleischerzeugnis)	Sf8	Macadamia-/Queenslandnüsse
19	koffeinhaltig	Sn	Senf
20	Nitritpökelsalz	W	Weichtiere
( )	Kann Spuren enthalten von...		