



SCHULVERSORGUNG & CATERING

Thomas Warnhoff GmbH

DE-ÖKO-070

Freitag 01.06.2018	I	Bio-Rinderageschnetzeltes^{15,21} mit Bio-Zwiebeln und Bio-Reis, Obst <i>Rind</i>	270 kcal	16 g Eiweiß	6 g Fett	38 g Kohlenhydr.	
	II	Eierragout^{15,17,21} mit Bio-Kartoffeln, Obst <i>vegetarisch</i>	269 kcal	13 g Eiweiß	12 g Fett	27 g Kohlenhydr.	
Montag 04.06.2018	I	Fischboulette^{15,18} mit Dillsoße^{15,21}, Bio-Erbesen²² und Bio-Kartoffeln, Obst <i>Fisch</i>	215 kcal	10 g Eiweiß	9 g Fett	23 g Kohlenhydr.	
	II	Bio-Möhreneintopf mit Bio-Erbesen²², Bohnen²², Bio-Sellerie²³, Bio-Porree, Blumenkohl und Schmetterlingsnudeln¹⁵, Brot¹⁵/ Vollkornbrot¹⁵, Rohkost <i>vegetarisch</i>	201 kcal	3 g Eiweiß	5 g Fett	22 g Kohlenhydr.	
Dienstag 05.06.2018	I	Kohlroulade (gefüllt mit Bio-Hackfleisch^{15,17}) mit Kümmelsoße^{15,21} und Bio-Kartoffeln, Gurkensalat <i>Geflügel</i>	283 kcal	31 g Eiweiß	9 g Fett	17 g Kohlenhydr.	
	II	Bio-Soja-Gulasch^{15,20,21} mit Bio-Zwiebeln und Bio-Spirelli¹⁵, Gurkensalat <i>vegetarisch</i>	430 kcal	48 g Eiweiß	3 g Fett	47 g Kohlenhydr.	
Mittwoch 06.06.2018	I	Bio-Kartoffeln mit Gurken-Quark²¹, Obstsalat <i>vegetarisch</i>	249 kcal	25 g Eiweiß	1 g Fett	34 g Kohlenhydr.	
	II	Milchreis²¹ mit Zimt und Zucker oder Fruchtsoße, Obstsalat <i>vegetarisch/stüß</i>	402 kcal	10 g Eiweiß	6 g Fett	75 g Kohlenhydr.	
Donnerstag 07.06.2018	II	Pizza "Margherita"^{15,17,21} mit Tomatensoße²¹ bestrichen und Käse²¹, kalte Fruchtsuppe <i>vegetarisch</i>	516 kcal	16 g Eiweiß	10 g Fett	51 g Kohlenhydr.	
	III	Pizza "Salami"^{15,17,21} mit Tomatensoße²¹ bestrichen, Salami und Käse²¹, kalte Fruchtsuppe <i>Geflügel</i>	528 kcal	16 g Eiweiß	14 g Fett	53 g Kohlenhydr.	
Freitag 08.06.2018	I	Blumenkohlcremesuppe^{15,21}, Brot¹⁵/Vollkornbrot¹⁵, Fruchtojoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	260 kcal	15 g Eiweiß	8 g Fett	31 g Kohlenhydr.	
	II	Kohlrabeintopf mit Bio-Karotten, Bio-Sellerie²³, Bio-Porree, Bio-Erbesen²², Bohnen²² und Bio-Kartoffeln, Brot¹⁵/ Vollkornbrot¹⁵, Fruchtojoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	180 kcal	10 g Eiweiß	4 g Fett	25 g Kohlenhydr.	
Montag 11.06.2018	I	Schlemmerfischfilet¹⁸ an Brokkoli-Rahm^{15,21} und Bio-Kartoffeln, Obst <i>Fisch</i>	349 kcal	25 g Eiweiß	9 g Fett	23 g Kohlenhydr.	
	II	Falafelbällchen (aus Kichererbsen²²) an Curry-Bulgur¹⁵ und Gurken-Joghurt-Dip²¹, Obst <i>vegetarisch</i>	201 kcal	7 g Eiweiß	5 g Fett	47 g Kohlenhydr.	
Dienstag 12.06.2018	I	Tomaten-Gemüsesoße^{15,21} nach "Bolognese-Art" mit Mais, Bio-Erbesen²², Bio-Karotten, Bio-Zwiebeln, Paprika, Tomaten und Bio-Spaghetti¹⁵, Obst <i>vegetarisch</i>	332 kcal	23 g Eiweiß	12 g Fett	54 g Kohlenhydr.	
	II	Kartoffeltasche mit Joghurt-Knoblauch-Dip²¹, Rohkost <i>vegetarisch</i>	150 kcal	5 g Eiweiß	2 g Fett	26 g Kohlenhydr.	
Mittwoch 13.06.2018	II	Bio-Spirelli¹⁵ mit Tomatensoße^{15,21}, Obst <i>vegetarisch</i>	301 kcal	10 g Eiweiß	5 g Fett	34 g Kohlenhydr.	
	III	Wurstgulasch^{15,21} mit Bio-Spirelli¹⁵, Obst <i>Geflügel</i>	49 kcal	16 g Eiweiß	9 g Fett	38 g Kohlenhydr.	
Donnerstag 14.06.2018	I	Bio-Kartoffel-Gemüse-Gratin²¹ mit Bio-Karotten, Bio-Erbesen²², Blumenkohl und Käse²¹ überbacken, gemischter Blattsalat <i>vegetarisch</i>	315 kcal	21 g Eiweiß	17 g Fett	18 g Kohlenhydr.	
	II	Gnocchi in Butter²¹ gebraten mit Kidney-Bohnen²², Bio-Erbesen²², Bio-Karotten, Mais, gemischter Blattsalat <i>vegetarisch</i>	390 kcal	7 g Eiweiß	11 g Fett	37 g Kohlenhydr.	
Freitag 15.06.2018	I	Zuckerfest					

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßstoff Saccharin 5) mit Süßstoff Cyclamat 6) mit Süßstoff Aspartam, enth. Phenylalaninquelle 7) mit Süßstoff Acesulfam 8) mit Phosphat 9) geschwefelt 10) chininhaltig 11) coffeinhaltig 12) mit Geschmacksverstärker 13) geschwärzt 14) gewachst 15) Gluten (Weizen) 16) Krebstiere 17) Eier / Eierzeugnisse 18) Fisch / Fischerzeugnisse 19) Nuss / Erdnuss 20) Soja 21) Milch 22) Hülsenfrüchte 23) Sellerie 24) Senf 25) Sesam



SCHULVERSORGUNG & CATERING

Thomas Warnhoff GmbH

DE-ÖKO-070

Montag 18.06.2018	I	Fischstäbchen^{15,17,18} mit Kartoffelpüree²¹, Blumenkohl und Kräutersoße^{15,21}, Obst <i>Fisch</i>	258 kcal	15 g Eiweiß	8 g Fett	32 g Kohlenhydr.
	II	Gemüsetaler^{17,22} an Kartoffelpüree²¹, Kohlrabi und Kräutersoße^{15,21}, Obst <i>vegetarisch</i>	344 kcal	18 g Eiweiß	17 g Fett	24 g Kohlenhydr.
Dienstag 19.06.2018	I	Hähnchenmedaillon^{15,17} mit Hähnchen-Pilz-Soße^{15,21} (mit Vollkornmehl abgebunden) und Bio-Kartoffeln, Fruchtojoghurt²¹ <i>Geflügel</i>	217 kcal	21 g Eiweiß	5 g Fett	25 g Kohlenhydr.
	II	Spätzle^{15,17,21} mit Pilz-Rahm^{15,21} (abgebunden mit Vollkornmehl) und Kräutern²³, Fruchtojoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	339 kcal	23 g Eiweiß	11 g Fett	35 g Kohlenhydr.
Mittwoch 20.06.2018	I	Pancake^{15,17,21} mit Apfelmus, Rohkost <i>vegetarisch/süß</i>	422 kcal	16 g Eiweiß	20 g Fett	43 g Kohlenhydr.
	II	Bulgur¹⁵ mit Joghurtsoße²¹ "Cacik", Rohkost <i>vegetarisch</i>	496 kcal	14 g Eiweiß	2 g Fett	107 g Kohlenhydr.
Donnerstag 21.06.2018	I	Cevapcici an Tomaten-Paprika-Soße^{15,21} mit Bio-Reis, Zitronenquark²¹ <i>Rind</i>	394 kcal	30 g Eiweiß	11 g Fett	43 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Reis mit Tomaten-Paprika-Zucchini-Soße^{15,21} und Sojastreifen²⁰, Zitronenquark²¹ <i>vegetarisch</i>	423 kcal	28 g Eiweiß	5 g Fett	55 g Kohlenhydr.
Freitag 22.06.2018	I	türkische Linsensuppe²², Brot¹⁵/ Vollkornbrot¹⁵, Obst <i>vegetarisch</i>	155 kcal	10 g Eiweiß	6 g Fett	16 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Spaghetti¹⁵ mit Käsesoße^{15,21} (mit Vollkornmehl abgebunden), Obst <i>vegetarisch</i>	455 kcal	16 g Eiweiß	15 g Fett	52 g

Montag 25.06.2018	I	pürierte Kartoffelsuppe²¹ mit frischem Gemüse²², Brot¹⁵ / Vollkornbrot¹⁵ <i>vegetarisch</i>	142 kcal	5 g Eiweiß	6 g Fett	18 g Kohlenhydr.
	II	Ei¹⁷ mit Spinat^{15,21} (abgebunden mit Vollkornmehl) und Bio-Kartoffeln, Obst <i>vegetarisch</i>	213 kcal	12 g Eiweiß	10 g Fett	18 g Kohlenhydr.
Dienstag 26.06.2018	I	Bio-Spaghetti¹⁵ mit Lachs, Blattspinat und frischen Tomaten, rote Grütze mit Dessertsoße²¹ (Vanillgeschmack) <i>Fisch</i>	260 kcal	15 g Eiweiß	8 g Fett	31 g Kohlenhydr.
	II	Tortellini-Pfanne^{15,17,21} mit Champignons, Knoblauch, grüne Bohnen²², Tomaten, Bio-Porree, rote Grütze mit Dessertsoße²¹ <i>vegetarisch</i>	449 kcal	13 g Eiweiß	17 g Fett	61 g Kohlenhydr.
Mittwoch 27.06.2018	II	Lasagne^{15,21} mit Mais, Tomaten, Paprika, Bio-Karotten und Käse²¹ überbacken, Rotkrautsalat <i>vegetarisch</i>	307 kcal	15 g Eiweiß	9 g Fett	34 g Kohlenhydr.
	III	Hähnchenfleisch "nach Döner Art" mit Bio-Reis und Kräuter dip^{21,23}, Rotkrautsalat <i>Geflügel</i>	228 kcal	8 g Eiweiß	4 g Fett	39 g Kohlenhydr.
Donnerstag 28.06.2018	I	Bio-Makkaroni¹⁵ an Spinatrahmsoße^{15,21}, Obst <i>vegetarisch</i>	298 kcal	12 g Eiweiß	11 g Fett	38 g Kohlenhydr.
	II	Kartoffelspalten an Mediteranen Gemüse^{15,21} (Tomaten, Mais, Bio-Erbesen²², Zucchini und Bio-Karotten), Obst <i>vegetarisch</i>	240 kcal	5 g Eiweiß	11 g Fett	26 g Kohlenhydr.
Freitag 29.06.2018	I	Hühnersuppe mit Bio-Karotten, Bio-Porree, Bio-Sellerie²³ und Bio-Muschelnudeln¹⁵, Brot¹⁵/ Vollkornbrot¹⁵, Erdbeerquark²¹ <i>Geflügel</i>	240 kcal	15 g Eiweiß	12 g Fett	18 g Kohlenhydr.
	II	mit Mais, Bio-Erbesen²², Linsen²² gefüllte Paprikaschote an Paprikasoße^{15,21} (mit Vollkornmehl) und Bio-Kartoffeln, Erdbeerquark²¹ <i>vegetarisch</i>	191 kcal	10 g Eiweiß	6 g Fett	25 g Kohlenhydr.

Änderungen vorbehalten

Zusatzstoffe / Allergene:

1) mit Konservierungsstoff 2) mit Farbstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Süßstoff Saccharin 5) mit Süßstoff Cyclamat 6) mit Süßstoff Aspartam, enth. Phenylalaninquelle 7) mit Süßstoff Acesulfam 8) mit Phosphat 9) geschwefelt 10) chininhaltig 11) coffeinhaltig 12) mit Geschmacksverstärker 13) geschwärzt 14) gewachst 15) Gluten (Weizen) 16) Krebstiere 17) Eier / Eierzeugnisse 18) Fisch / Fischerzeugnisse 19) Nuss / Erdnuss 20) Soja 21) Milch 22)

Schulversorgung & Catering
Thomas Warnhoff GmbH
Sitz Berlin

Amtsgericht Charlottenburg (Berlin)
HRB 121223 B
USt-Nr.: 2700202160

Bankverbindung
Berliner Sparkasse
BLZ 100 500 00

Geschäftsführer: Thomas Warnhoff Internet: www.thomas-warnhoff.de Konto Nr.: 6603160542