



SCHULVERSORGUNG & CATERING

Thomas Warnhoff GmbH

DE-ÖKO-070



Montag 03.12.2018	I	Gemüseschnitzel^{15,20,22,23} an Rahmblumenkohl²¹ und Bio-Kartoffeln, Obst <i>vegetarisch</i>	244 kcal	8 g Eiweiß	9 g Fett	30 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Kartoffelcremesuppe²¹ mit Bio-Zwiebeln, Bio-Sellerie²³, Bio-Möhren und Bio-Bohnen²², Brot¹⁵ /Vollkornbrot^{15a}, Obst <i>vegetarisch</i>	198 kcal	13 g Eiweiß	12 g Fett	11 g Kohlenhydr.
Dienstag 04.12.2018	I	Bio-Grüne-Bohnen-Eintopf²², Brot¹⁵ / Vollkornbrot^{15a} <i>vegetarisch</i>	310 kcal	12 g Eiweiß	15 g Fett	21 g Kohlenhydr.
	II	vegetarische Klopse^{15,22} "Königsberger Art" mit Kapernsoße^{15,22} und Bio-Kartoffeln, Rote-Beete-Apfel-Salat <i>vegetarisch</i>	214 kcal	15 g Eiweiß	9 g Fett	29 g Kohlenhydr.
	III	Rahmgeschnetzeltes^{15,21} vom Bio-Rind mit Bio-Zwiebeln, Tomaten und Bio-Reis, Rote-Beete-Apfel-Salat <i>Rind</i>	302 kcal	16 g Eiweiß	9 g Fett	36 g Kohlenhydr.
Mittwoch 05.12.2018	I	Bio-Makkaroni¹⁵ in leichter Thunfisch-Tomaten-Käse-Sauce^{15,18,21}, Obstsalat <i>Fisch</i>	308 kcal	14 g Eiweiß	8 g Fett	35 g Kohlenhydr.
	II	Kräuterquark²¹ an Bio-Kartoffeln, Fruchtjoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	310 kcal	10 g Eiweiß	6 g Fett	35 g Kohlenhydr.
Donnerstag 06.12.2018	I	Reis mit Ratatouille-Gemüse²², Fruchtjoghurt²¹ <i>Rind</i>	212 kcal	14 g Eiweiß	16 g Fett	6 g Kohlenhydr.
	II	vegetarischer Borschtsch¹⁵ mit Rote-Beete, Paprika, Weißkohl, Kartoffeln, Karotten und Tomaten, Brot¹⁵ /Vollkornbrot^{15a}, Fruchtjoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	210 kcal	11 g Eiweiß	16 g Fett	6 g Kohlenhydr.
	III	Bio-Hähnchenbrust mit Tomatensoße^{15,21} und Vollkornnudeln¹⁵ (Penne), Fruchtjoghurt²¹ <i>Geflügel</i>	405 kcal	26 g Eiweiß	17 g Fett	38 g Kohlenhydr.
07.12.2018	I	Bio-Reis-Gemüse-Pfanne mit Bio-Erbesen²², Zucchini, Bio-Karotten, Bio-Blumenkohl, Paprika und Joghurtsoße²¹, Rohkost <i>vegetarisch</i>	367 kcal	10 g Eiweiß	16 g Fett	45 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Kartoffel-Gemüse-Gratin^{15,21} mit Bio-Blumenkohl, Bio-Karotten, Bio-Erbesen²² und Brokkoli-Rahm²¹, Rohkost <i>vegetarisch</i>	240 kcal	5 g Eiweiß	11 g Fett	26 g Kohlenhydr.

Montag 10.12.2018	I	Seelachs¹⁸ mit Dill-Curry-Honig-Sauce²¹ (abgebunden mit Vollkornmehl^{15a}) und Bio-Kartoffeln, Obst <i>Fisch</i>	352 kcal	23 g Eiweiß	12 g Fett	36 g Kohlenhydr.
	II	fruchtige Tomatensuppe mit Basilikum und Sternchenudeln¹⁵, Brot¹⁵ /Vollkornbrot^{15a}, Obst <i>vegetarisch</i>	207 kcal	5 g Eiweiß	14 g Fett	15 g Kohlenhydr.
Dienstag 11.12.2018	I	Vollkornspaghetti¹⁵ mit Kräuter-Pesto^{15,21,23}, Zitronenquark²¹ <i>vegetarisch</i>	325 kcal	8 g Eiweiß	7 g Fett	35 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Blumenkohl-Kartoffel-Auflauf^{15,17,21}, Zitronenquark²¹ <i>vegetarisch</i>	315 kcal	21 g Eiweiß	17 g Fett	18 g Kohlenhydr.
Mittwoch 12.12.2018	I	Hähnchenschenkel mit Geflügelsoße^{15,21}, Bio-Erbesen²² und Bio-Kartoffeln, Obstsalat <i>Geflügel</i>	207 kcal	13 g Eiweiß	8 g Fett	22 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Möhren-Eintopf mit Bio-Kartoffeln, Brot/Vollkornbrot, Obstsalat <i>vegetarisch</i>	130 kcal	3 g Eiweiß	5 g Fett	18 g Kohlenhydr.
	III	Bio-Rindfleisch-Kohl-Eintopf mit Bio-Möhren, Bio-Sellerie, Bio-Porree und Bio-Kartoffeln, Brot/Vollkornbrot, Obstsalat <i>Rind</i>	150 kcal	9 g Eiweiß	8 g Fett	19 g Kohlenhydr.
Donnerstag 13.12.2018	I	Vorsuppe, Milchreis²¹ mit Zimt/Zucker oder Sauerkirschen, Karotten-Apfel-Salat <i>vegetarisch/süß</i>	325 kcal	10 g Eiweiß	8 g Fett	52 g Kohlenhydr.
	II	Ebly-Gemüse-Pfanne¹⁵ mit Zucchini, Paprika, Bio-Erbesen²², Bio-Bohnen²² und Tomaten, Karotten-Apfel-Salat <i>vegetarisch</i>	305 kcal	10 g Eiweiß	16 g Fett	45 g Kohlenhydr.
Freitag 14.12.2018	I	Linsensuppe²² mit Bio-Karotten, Bio-Sellerie²³, Bio-Porree, Bio-Kartoffeln und Geflügelwieners, Brot¹⁵ / Vollkornbrot^{15a}, Rohkost <i>Geflügel</i>	295 kcal	20 g Eiweiß	11 g Fett	25 g Kohlenhydr.
	II	Süßkartoffelrahmsuppe^{15,21}, Brot¹⁵ / Vollkornbrot^{15a} <i>vegetarisch</i>	201 kcal	12 g Eiweiß	11 g Fett	12 g Kohlenhydr.
	III	Gulasch vom Schwein "Szegediner Art"^{15,21} mit Sauerkraut und Bio-Kartoffeln <i>Schwein</i>	227 kcal	14 g Eiweiß	10 g Fett	20 g Kohlenhydr.

wie gewohnt steht Ihnen weiterhin die Salatbar zur Verfügung

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) gesch wärzt 14) gewachst 15) Gluten (Weizen, 15a Roggen, 15b Dinkel, 15c Gerste, 15d Hafer, 15e Grünkern, 15f Kamut, 15g Emmer) 16) Krebs tierer 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
Sitz Berlin
Geschäftsführer: Thomas Warnhoff

Amtsgericht Charlottenburg (Berlin)
HRB 121223 B
USt-Nr.: 2700202160
Internet: www.thomas-warnhoff.de

Bankverbindung
Berliner Sparkasse
BLZ 100 500 00
Konto Nr.: 6603160542



SCHULVERSORGUNG & CATERING

Thomas Warnhoff GmbH

DE-ÖKO-070



Montag 17.12.2018	I	Schlemmerfischfilet^{15,18} mit Bio-Kartoffeln und Brokkolirahmsoße^{15,21}, Obst <i>Fisch</i>	349 kcal	25 g Eiweiß	9 g Fett	23 g Kohlenhydr.
	II	Erbseintopf²², Brot¹⁵/ Vollkornbrot^{15a}, Obst <i>vegetarisch</i>	161 kcal	8 g Eiweiß	2 g Fett	27 g Kohlenhydr.
Dienstag 18.12.2018	I	Wurst-Tomaten-Gulasch^{15,21} mit Bio-Spirelli¹⁵, Rohkostsalat <i>Geflügel</i>	217 kcal	14 g Eiweiß	5 g Fett	41 g Kohlenhydr.
	II	Bio-Möhren-Eintopf mit Bio-Kartoffeln, Brot¹⁵/ Vollkornbrot^{15a}, Rohkostsalat <i>vegetarisch</i>	130 kcal	3 g Eiweiß	5 g Fett	18 g Kohlenhydr.
	III	Bio-Hackfleisch mit Champignons, Paprikaschoten und Schafskäse²¹ an Bio-Reis, Rohkostsalat <i>Rind</i>	378 kcal	14 g Eiweiß	6 g Fett	34 g Kohlenhydr.
Mittwoch 19.12.2018	I	Ei¹⁷ mit Senfsoße^{15,21,24} und Bio-Kartoffeln, Fruchtjoghurt²¹ <i>vegetarisch</i>	229 kcal	11 g Eiweiß	9 g Fett	25 g Kohlenhydr.
	II	Gemüsetaler^{15,20,22,23} mit Rahmbohnen²² und Bio-Kartoffeln, Fruchtjoghurt <i>vegetarisch</i>	234 kcal	6 g Eiweiß	9 g Fett	32 g Kohlenhydr.
Donnerstag 20.12.2018	I	Hähnchenkeule an Bratensoße^{15,21} mit Orange, Apfelrotkohl und Kartoffelklöße¹⁵, Schokoweihnachtsmann^{15,19,20} <i>Geflügel</i>	207 kcal	13 g Eiweiß	8 g Fett	22 g Kohlenhydr.
	II	vegetarische Bratwurst^{15,20,22,23} an Bratensoße^{15,21} mit Orange, Apfelrotkohl und Kartoffelklöße¹⁵, Schokoweihnachtsmann^{15,19,20} <i>vegetarisch</i>	214 kcal	10 g Eiweiß	4 g Fett	36 g Kohlenhydr.
Freitag 21.12.2018	I	Bio-Gemüsebrühe mit Bio-Karotten, Bio-Bohnen²², Bio-Porree, Bio-Sellerie²³, Bio-Kartoffeln, Bio-Kohlrabi, Brot¹⁵/Vollkornbrot^{15a}, Obst <i>vegetarisch</i>	110 kcal	5 g Eiweiß	4 g Fett	12 g Kohlenhydr.
	II	Vollkornmakaroni¹⁵ mit Tomaten-Basilikumsoße^{15,21}, Obst <i>vegetarisch</i>	301 kcal	10 g Eiweiß	5 g Fett	34 g Kohlenhydr.

wie gewohnt steht Ihnen weiterhin die Salatbar zur Verfügung

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, 15a Roggen, 15b Dinkel, 15c Gerste, 15d Hafer, 15e Grünkern, 15f Kamut, 15g Emmer)
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
Sitz Berlin

Geschäftsführer: Thomas Warnhoff

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

Internet: www.thomas-warnhoff.de

Bankverbindung
Berliner Sparkasse
BLZ 100 500 00
Konto Nr.: 6603160542