



MAIL: gourmellokinder@gourmello.de
Gourmello GmbH, Grüntaler Str.44, 13359 Berlin

Carl Kraemer Grundschule

08.KW			
16.02.	Süßkartoffel-Rucola Schnitte ^{1a,1c} , gebacken mit Kräuterquark ² , bio Quark		Ravioli mit Gemüsefüllung ^{1a,2,bio} dazu gelbe Möhren-Frischkäsesoße ^{1a,2bio} dazu Sonnenblumenkerne geröstet
	Obst der Saison ^{bio} , Karottenknabber		
17.02.	bio Mango-Gemüsecurry ^{Lauch,Kichererbse,Zucchini, Pak Choi,Karotte,Tomate,Mango} mit Reis ^{Vollkorn,bio & fairtrade}		bio vegi Bolognese ^{Lauch,Paprika,Tomate,Linse,Karotte,Zucchini} mit Bulgur ^{1a, bio}
	Joghurt ^{2,bio} mit Apfelmus ^{bio} und Amaranth ^{bio} , Gurkenknabber ^{bio}		
18.02.	Chili sin Carne ^{Lauch,Paprika,Tomate,Chili Bohne,weiße Bohne,,Mais,Zucchini} mit Schmand ^{2,bio extra} bio Brezel ^{1a}		Spaghetti ^{1a,Vollkorn} Carbonara mit Geflügelschinken ^{1a,2bio,Karotte,Mais} dazu Gouda ^{2bio}
	Obst der Saison ^{bio} , Paprikaknabber		
19.02. BIO TAG	bio Gedämpftes Gemüse ^{Brokkoli,Erbse,Karotte} mit Bulgur ^{1a,bio} und Joghurtdip ^{2bio}		bio Kartoffeleintopf ^{Lauch,5,Karotte,bio Kartoffel,Süßkartoffel} mit Zwiebelbrot ^{1a,bio Weizen}
	bio Knabbergemüse der Saison		
20.02.	Fruchtiges Fischcurry mit Lachs ^{1a, msc, Karotte,Zucchini,Brokkoli,Ananas} dazu Reis ^{bio&fairtrade}		Ei in Senfsoße ^{1a,2bio,5,Karotte,Erbse} dazu Kartoffeln ^{bio}
	Salat aus Eisberg, Paprika, Gurke und Tomate mit Senf-Öl-Zitronen Dressing, Ölsaaten		
09.KW			
23.02.			Vorsuppe: Pastinakenkremesuppe ^{2bio,5,bioKartoffel,Karotte,gelbeLinse} bio Pancakes ^{1a, 2bio,3} mit Apfelmus ^{bio}
	Obst der Saison ^{bio} , Gurkenknabber		
24.02. BIO TAG	Studientag		Essen bei Wilhelm Hauff GS / Notbetreuung
25.02.			Rindergoulasch ^{Lauch,Tomate,Paprika,Zucchini,Karotte} mit Spätzle ^{1a,3}
	Obst der Saison ^{bio} , Karottenknabber		
26.02.	Blumenkohlstern ^{1a,2,3, gebacken, paniert} mit Couscous ^{1a,Vollkorn,bio} und heller Dillsoße ^{1a,2bio,5,Zucchini}		Nudeln ^{1a, Vollkorn, bio} mit Tomatensoße ^{Lauch,Zucchini,Paprika,Karotte} und Gouda ^{2,bio}
	Gemischter Salat aus Eisberg, Paprika, Tomate, Mais, Gurke dazu Dressing ^{Kräuter-Senf,Dressing} Sonnenblumenkerne		
27.02.	Backfisch ^{natur, msc, gebacken} mit Reis ^{Vollkorn, bio & fairtrade} und Zitronen-Erbsensoße ^{1a,2bio}		Kartoffel ^{bio} - Süßkartoffelstampf ^{2bio} mit Champignongoulasch ^{1a,2bio}
	Knabbergemüse der Saison, Quark-Joghurtdip ^{2bio}		

Liste der Zusatzstoffe incl. Erzeugnisse – Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht. Änderungen vorbehalten!

Öko Kontrollnummer: DE-BE-001-38204 – B

Bio Tag = alle Komponenten stammen aus ökologischem Anbau.

1 = glutenhaltiges Getreide = 1a/Weizen - 1b/Roggen - 1c/Gerste - 1d/Hafer - 1e/Dinkel – 1f/Kamut

2 = Milch (einschl. Laktose)

9 = Soja

F = Farbstoff

3 = Ei

10 = Weichtiere

G = Geschmacksverstärker

4 = Erdnuss

11 = Fisch

H = Antioxidationsmittel

5 = Sellerie

12 = Krebstiere

I = Gewachst

6 = Sesamsamen

13 = Lupinen

J = mit Phosphat

7 = Senf

14 = Schwefeldioxid & Sulfite mit mehr als 10mg/kg bzw 10mg/l

8 = Schalenfrüchte: Nm/Mandeln - Nh/Haselnuss - Nw/Walnuss - Nc/Cashew - Npe/Pecannuss - Npa/Paranuss - Npi/Pistazie - Nmc/ Macadamia - Nq/Queenslandnuss

100% bio: Kartoffeln und Erzeugnisse, Getreide und Erzeugnisse, Milch und Erzeugnisse, Paraboiled & Vollkornreis /=bio & fairtrade/,

Obst und Erzeugnisse / Ananas & Banane = bio & fairtrade