



„Kochen ist eine Kunst

Genießen ein Glück

Zusammensein – ein Geschenk“
/unbekannt/



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

Carl Kraemer Grundschule

24.KW		
08.06. <small>gesunde Hülsenfrüchte</small>	Süßkartoffel-Linsencremesuppe ^{2bio,5} , gelbe Linse, ^{bio} Kartoffel, Karotte mit Baguette ^{1a, bio}	Gnocchi ^{bio, 1a} mit Kichererbsen-Gemüsesugo mit Lauch, Tomate, Zucchini, Paprika, Mais und bio Gouda ^{2, gerieben}
Obst der Saison ^{bio} , Gurkenknabber		
09.06. BIO TAG	bio Karotten gelb-orange und Brokkoli ^{gedämpft} dazu Reis ^{bio/fairtrade} und bio Tomatensahnesoße ²	Pasta ^{1a, bio} mit bio Blumenkohl - Käsesoße ^{bio} 1a, 2bio, Blattspinat, Gouda dazu Sonnenblumenkerne ^{bio}
bio Knabbergemüse der Saison		
10.06. <small>Vollkorntag</small>	Spargel – Cremesuppe mit Süßkartoffelwürfeln ^{5, 2bio, Karotte, bio} Kartoffel, grüne/weiße Spargel dazu Vollkorncroutons ^{1a}	Gemüserahmgoulasch ^{1a, 2bio,} Kohlrabi, Brokkoli, Karotte, Mangold, Tomatenstückchen mit Reis ^{Vollkorn,} bio/fairtrade
Obst der Saison ^{bio} , Paprikaknabber		
11.06.	Sonnenblumenkern-Gemüsebolognese Lauch, Paprika, Zucchini, Tomate, Karotte mit Zartdinkel ^{1e}	Wunsch der Kinder: Geflügelschnitzel „Wiener Art“ ^{1a, paniert} mit Kartoffeln ^{bio} und Spargelgemüse in Hollandaise ^{1a, 2bio, Karotte, 5}
Tomaten-Gurkensalat mit Frühlingszwiebeln, Sonnenblumenkerne		
12.06.	Fischfilet ^{1a, msc, Seelachs, natur} , gebacken mit Reis ^{bio/fairtrade} dazu Buttererbsen in heller Zitronensoße ^{1a, 2bio, 5, Karotte, Zucchini}	Chili sin Carne ^{Lauch, Tomate, rote Bohne, Zucchini, Paprika, Karotte} mit Kartoffeln ^{bio}
bio Fruchtjoghurt ^{2bio, bio} rote Johannisbeere, Karottenknabber		
25.KW		
15.06.	Bio Ravioli mit Gemüsefüllung ^{1a, 2} dazu Basilikumsoße ^{1a, 2bio, Zucchini, Lauch, 5} und Gouda ^{2, bio}	Kartoffelrösti ^{bio} mit Kräuterquark ^{2bio} , Karottensticks
Obst der Saison ^{bio} , Karottenknabber		
16.06.	Zucchini-Süßkartoffelcremesuppe ^{5, Lauch, bio} Kartoffel , Karotte mit Bärlauchschmand ^{2bio} und Brot ^{1a bio}	Vorsuppe: Zucchini-Süßkartoffelcremesuppe ^{2bio} Wunsch der Kinder: Hefe Klöße ^{1a, bio} mit Kirschen ^{bio, kalt} und warmer Vanillesoße ^{2bio}
Knabbergemüse der Saison		
17.06. BIO TAG <small>Vollkorntag</small>	bio Gemüse Karussell ^{gebacken, Karotte, Zucchini, Paprika,} Süßkartoffel, Blumenkohl, Cherry Tomate mit Couscous ^{Vollkorn,} ^{1a} und kaltem bio Joghurt dip ^{2bio}	bio Pasta ^{1a, Vollkorn} mit bio Tomatensoße ^{Lauch, Karotte,} Zucchini, Paprika und Gouda ^{1a, bio} , bio Gurkenknabber roh
Obst der Saison ^{bio} , bio Gurkenknabber		
18.06. <small>gesunde Hülsenfrüchte</small>	Spitzkohl in mildem Senf- Rahm ^{1a, 2bio, Kichererbse, Süßkartoffelraspeln} dazu gekochtes Ei und Kartoffelstampf ^{bio}	Gemüse-Hähnchen Curry mit Kokos ^{Kichererbse, 5,} Paprika, Süßkartoffel, Mangold, Blumenkohl, Brokkoli dazu Reis ^{bio/fairtrade}
Zitronenjoghurt ^{bio} mit weißer Schokolade ² , Kohlrabiknabber		
19.06.	Matjes Filet ^{msc} in kalter Joghurt-Sahne Soße „Hausfrauen Art“ ^{bio} Apfel, Gewürzgurken, Dill dazu bio Kartoffeln ²	bio Pasta ^{1a} mit Bärlauchsoße ^{1a, 2bio} und bio Gouda ² , Cherry Tomate ^{roh}
Salat aus Eisberg – Gurke – Tomate – Paprika – Radieschen dazu Kräuter-Senf dressing, Ölsaaten		

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

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

BIOTag= alle

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 = Gewächst

6 = Sesamsamen

13 = Lupinen

J = mit Phosphat

7 = Senf

14 = Schwefeldioxid & Sulfit 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, Getreide und Erzeugnisse, Milch und Erzeugnisse, Paraboiled & Vollkornreis /=bio & fairtrade/, Obst und Erzeugnisse / Ananas & Banane

= bio & fairtrade

