

„Herbstkomfort auf einem
Löffel: Außen stürmt es, innen
dampft die Kürbissuppe.“
/unbekannt/



Gourmello GmbH
Grüntaler str.29 13357 Berlin
MAIL: gourmellokinder@gourmello.de

Carl Kraemer Grundschule

42.KW		
12.10.	Rote Bete – Mangold - Spitzkohl Gemüse in Kokosmilch ^{1a} dazu bio Hirse	bio Gnocchi ^{1a} dazu helle Kressesauce ^{2bio,5} , Zucchini und Gouda ^{2bio}
	bio Obst der Saison, Paprikaknabber	
13.10.	Spaghetti ^{1a,bio} mit Paprika –Basilikumsoße ^{1a,2bio} dazu bio Gouda ² , Gurkenknabber	Notbetreuung – Elternsprechtage – ein Essen an diesem Tag
	gemischter Salat mit Dressing, Kräuter-Öl-Zitronen Dressing, Sonnenblumenkerne	
14.10. BIO TAG Vollkorn	Notbetreuung – Elternsprechtage – ein Essen an diesem Tag	bio „Jägerschnitte“ aus Geflügel ^{1a,paniert} dazu bio Vollkornpasta ^{1a} und bio Tomatensoße ^{Lauch, Zucchini, Paprika,Karotte}
	bio Obst der Saison, Karottenknabber	
15.10. Hülsenfrüchte	Süßkartoffel Curry ^{1a, 2bio, Zuckererbse, Karotte, Kichererbse. Blumenkohl} mit Reis ^{bio/fairtrade}	Gemüsesuppe mit Kichererbsen ^{5,gelbe Linse, Pastinake,bio Kartoffel,Karotte,Süßkartoffel} dazu bio Brot ^{1a}
	Apfel-Zimt Joghurt-Quarkspeise mit Schokosplitt ^{2bio} , Mini Tomaten	
16.10.	Pasta ^{1a bio} mit mit vegi Bolognese ^{1e,Grünkern,Lauch, Karotte, Tomate,Zucchini,Paprika} dazu bio Gouda ²	Matjesfiletstückchen ^{msc} in kalter Joghurtsoße ² bio,bio Apfel, Gewürzgurken dazu bio Kartoffeln
	Knabbergemüse der Saison	
43.KW	Herbstferien – Betreuung bei WH	
19.10.	bio Farfalle ^{1a} mit Karotten-Frischkäse Ragout ^{1a,2}	
	bio Obst der Saison, Gurkenknabber	
20.10.	Wunsch der Kinder: Pizza Margherita^{1a,2,bio Gouda} / LP CK	
	bio Zitronenjoghurt ² mit Pfirsichklee ^{bio} , Karottensticks	
21.10. BIO TAG Vollkorn	bio Spaghetti ^{1a, Vollkorn} mit bio rote Pesto Soße ^{1a,2bio,5,Zucchini,Karotte,Paprika} und bio Gouda ²	
	Obst der Saison ^{bio} , Gurkenknabber ^{bio}	
22.10. gesunde Hülsenfrüchte	Hähnchenunterkeule ^{gebacken} mit Reis und Mischgemüse ^{1a,2bio, Kichererbse, grüne Erbse,Karotte,Brokkoli} LP CK	
	Knabbergemüse	
23.10.	bio Kartoffeln mit Kräuterquark ^{2 bio}	
	Eisberg – Mandarinen Salat ^{2bio} , Sonnenblumenkerne	

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 Zutaten 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 = Gewächse

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

