"Hallo November, trage den Duft von Zimt, das Geräusch von Blättern und die Geduld, das Wichtige gut zu Ende zu bringen." /unbekannt/



Gourmello GmbH
Grüntaler Str. 29, 13357 Berlin
gourmellokinder@gourmello.de

Carl Kraemer Grundschule

46.KW		
09.11.	Blumenkohl Gemüsesuppe 1a,2bio klar, leicht gebunden, Karotte,bio Kartoffel,5 mit bio Sahne und mit mini Nudeln 1a dazu bio Brot 1a	bio Pancakes 1a,2,3 mit bio Apfelmus Vorsuppe: Blumenkohlsuppe 1a,2bio klar, leicht gebunden, Karotte,bio Kartoffel,5
	bio Obst der Saison, Karottenknabber	
10.11. **BIO TAG** Hülsenfrüchte	bio Brokkoli – Linsen Curry Paprika,Karotte mit Kokos und Mango dazu Reis bio/fairtrade	bio Schupfnudeln 1a mit mildem bio Kichererbsen-Sauerkraut 1a,2bio,Karotte,Tomate
	Gemischter bio Salat mit Senf-Öl Dressing, bio Sonnenblumenkerne	
11.11. Vollkorn	Rahmrosenkohl 1a,2bio, Karotte mit Vollkorn Reis bio&fairtrade	Mac and Cheese – bio Pasta 1a, Vollkorn mit Spinat-Käsesoße 1a,2io, bio Gouda,5,Lauch, Sonnenblumenkerne
	bio Obst der Saison, Gurkenknabber	
12.11.	bio Pasta 1a mit Champignonsoße 1a,2bio,grüne Erbse dazu bio Gouda 2	Hühnerfrikassee 1a,2bio, grüne Erbse,Karotte,Spargel mit Reis bio/fairtrade
	Naturjoghurt mit Zimtpflaumen 2bio, Paprikaknabber	
13.11.	Fischfilet 1a paniert,gebacken,msc dazu Reis Karotte,grüne Erbse und Zitronen-Kräutersoße 1a,2bio,5, Zucchini	bio Kartoffeln mit Kräuterquark 2bio dazu ½ gekochtes Ei
	Knabbergemüse der Saison	
47.KW		
16.11. **BIO TAG**	bio Karotten-Erbsen-Brokkoli im Rahm 1a,2bio,5 dazu bio Reis fairtrade	bio Gnocci 1a dazu bio Rosenkohl in bio Sahne-Käse Soße 1a,2bio,bio Gouda, bio Karotte,5 , bio Sonnenblumenkerne
	bio Obst der Saison, bio Cherry Tomate	
17.11.	bio Pasta 1a mit Grünkernbolognese 1e,Lauch,Tomate,Zucchini,Karotte,Sonneblumenkerne und bio Gouda 2	Pastinaken – Karottencreme Eintopf 5,Süßkartoffel dazu bio Creme fraiche 2 und Croutons 1a
	Zitronen-Blaubeeren Joghurt-Quarkspeise 2bio, Karottenknabber	
18.11. Vollkorn	Tofu-Brokkoli Gemüse 1a,5,9,Paprika.Kokos, mit Vollkornbulgur 1a, bio	Vollkornpasta 1a, bio mit Paprikasoße 1a,2bio,5 und bio Gouda 2bio, Gurkenknabber
	bio Obst der Saison, Gurkenknabber	
19.11.	Ei – Gemüse – Senf Frikassee 1a,2bio,Erbse,Karotte,Blumenkohl,Spargel mit Reis bio/fairtrade	Geflügelbratwurst extra mit bio Kartoffeln und mildem Sauerkraut Karotte,1a
	Eisberg – Rucola – Tomaten – Gurken - Mais Salat mit Essig-Öl Dressing, Sonnenblumen-Leinsamen Kerne	
20.11. gesunde Hülsenfrüchte	Kürbisrisotto 2bio, Gran Panado dazu Kichererbsen mit Paprika-Kräuter Öl	herbstlicher Linsen-Kürbis Eintopf gelbe Linse,Kürbis,Karotte,5,bio Kartoffel, Tomate dazu bio Brötchen 1a
	Knabbergemüse der Saison	

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

Zertifiziert durch: DE-ÖKO-001

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