

**33. Kalenderwoche, 12.08.2020**

***Einen guten Start ins neue Schuljahr!***

***Einschulung der Eingangsstufe***



***Elementargruppe, Do, 13.08.2020***

***Primargruppe, Mo/Di, 17./18.08.2020***

### **Honig aus dem Schulgarten**

Frisch geschleuderten Honig aus dem Schulgarten gibt es wieder für 6€ pro Glas. Bitte im Schulgarten vorbeikommen. Gerne werden leere Honiggläser angenommen.



Um die überreich zu erwartende Obst-und Beerenernte des Schulgartens für den Martinsmarkt verarbeiten zu können, suche ich viele kleine Marmeladengläser (160 bis 250 ml) mit Schraubverschluss. Wer Gläser abzugeben hat, kann sie einfach im Schulgarten unter dem Vordach abstellen. Meinen herzlichen Dank allen Sammlern und Gebern. Christoph Tober

### **Infos zum Mensa Ablauf!**

Zum Frühstück:

Ab Dienstag den 18.08.2020 bietet die Mensa auch wieder Oberstufen-Frühstück an! Allerdings nur im To Go-Verfahren, die Sitzplätze in der Mensa sind zur Frühstückszeit leider noch gesperrt.

Des Weiteren dürfen zum Verkauf im Frühstücksgeschäft nur 4 Personen gleichzeitig in der Mensa sein und im Einbahnstraßen-Prinzip die Mensa betreten und verlassen! Für Heißgetränke bitte einen Becher mitbringen!

Zum Mittagessen:

Es werden wieder Abos bei MensaMax eingerichtet: 3 Tage für 33€, 4 Tage für 42€ und 5 Tage für 50€.

Zum Ablauf in der Mensa es dürfen sich zeitgleich nur 2 geschlossene Klassen mit Ihren Klassenbetreuern in der Mensa befinden. Das heißt z.B. Klasse 5 kommt um 12Uhr zum Mittagessen, stellt sich an die Ausgabe, bekommt Ihr Essen und nimmt die Sitzplätze an der Fensterfront ein! Nachdem Klasse 5 ihr Mittagessen erhalten hat, darf z.B. Klasse 6 um 12:15h die Mensa betreten und sich Ihr Essen holen und die innenliegenden Sitzplätze belegen. Bei allen Wegen in der Mensa ist eine Mund Nasenbedeckung zu tragen! Nachdem die beiden Klassen die Mensa verlassen haben, werden die Tische und alle Kontaktflächen gereinigt, danach können unter denselben Ablaufbedingungen ab ca. 12:50h die nächsten Klassen kommen.


Für alle anderen, insbesondere Oberstufenschüler\*innen und Lehrer\*innen wird es einen Mittagessen To Go-Verkauf durch die Seitentür der Mensa geben. Hierbei beim Anstellen bitte auf Abstände achten! Auch ist der Mittagessenverkauf nur nach vorheriger Anmeldung in MensaMax oder unter Email [c.heemann@widarschule.de](mailto:c.heemann@widarschule.de) möglich.

Eltern sowie schulfremde Personen können im Moment nicht mit Essen versorgt werden!

Das Mensa Team wünscht einen guten Schulstart!

Liebe Grüße

Carsten Heemann

Die Menüs mit dem  Logo entsprechen dem „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und wurden von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) als eine Menülinie zertifiziert.

# Speiseplan

34. KW: 17.08. – 21.08.2020

Zum täglichen Speiseangebot gehört ein frisches Salatbuffet sowie frisches Obst.



Widar  
Schule

Waldorfschule in Bochum-Wattenscheid

*Eine Zutatenliste über unser  
gesamtes Angebot kann in der  
Küche eingesehen werden.*

Bei Fleisch und Fischgerichten steht immer eine Vegetarische alternative bereit, diese ist nicht Bestandteil der DGE Zertifizierung

Vegetarische Paella<sup>(h)</sup> dazu Aioli<sup>(c)</sup> oder Kräuterdipp<sup>(f)</sup>, Salat  
Honigwaffel<sup>(a1)</sup>



Tortellini mit Käsefüllung<sup>(a1),(f)</sup> auf Spinatsauce<sup>(f)</sup>, Salat  
Quark mit Himbeeren<sup>(f)</sup>



**\*\*\*Wunsch Essen\*\*\***

Bratwurst<sup>(s),(7)</sup> dazu Kartoffelpüree<sup>(f)</sup> und Möhrengemüse, Salat  
Vanillepudding<sup>(f)</sup>



Seelachfilet Bordelaise<sup>(f),(a1)</sup> dazu Reis und Broccoli, Salat  
Pflaumenkuchen<sup>(a1),(f),(c)</sup>



Weißbohnsuppe<sup>(h)</sup> dazu ein Vollkornbrötchen<sup>(a1)</sup>, Salat  
Obst



**Tägliche Änderungen im Speiseplan vorbehalten!**

**Kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe:** (1) mit Farbstoff, (2) mit Konservierungsstoff, (3) mit Antioxidationsmittel, (4) mit Geschmacksverstärker, (5) geschwärzt, (6) gewachst, (7) mit Phosphat, (8) mit Süßungsmittel, (9) mit Nitritpökelsalz (10) mit Phosphorsäure, (11) enthält eine Phenylalaninquelle, (12) mit Stabilisatoren, (13) geschwefelt, (14) mit Säuerungsmittel, (15) koffeinhaltig, (16) chininhaltig

**Allergene:** (a) Glutenhaltige Getreide sowie daraus hergestellte Erzeugnisse (a1) Weizen (wie Dinkel und Khorasan-Weizen) (a2) Roggen (a3) Gerste (a4) Hafer; (b) Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse; (c) Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse; (d) Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse; (e) Soja und daraus gewonnene Erzeugnisse; (f) Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose); (g) Schalenfrüchte sowie daraus gewonnene Erzeugnisse (g1) Mandeln (g2) Haselnüsse (g3) Walnüsse (g4) Kaschunüsse (g5) Pecanüsse (g6) Paranüsse (g7) Pistazien (g8) Macadamianüsse (g9) Queenslandnüsse; (h) Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse; (i) Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse; (j) Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse; (k) Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l; (l) Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse; (m) Weichtiere (wie Schnecken, Muscheln, Tintenfische) und daraus gewonnene Erzeugnisse, (R) Rind; (S) Schwein; (L) Lamm / Schaf; (G) Geflügel; (F) Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse

MO

DI

MI

DO

FR