

39. Kalenderwoche, 23.09.2020

Nächste Termine

- Schulparlament,
Dienstag, 17. November, 20.00 Uhr in der Mensa
- 1. Jahresarbeiten-Kolloquium, Mittwoch, 04. November
- Info-Abend
Im Mittelpunkt das Kind
Zum Leben und Lernen
an der Widar Schule
für Eltern von Schulanfängern
zum Schuljahr 2021/2022
und Quereinsteigern
Montag, 23. November, 20.00 Uhr
in der Turnhalle




Gesucht- gefunden



Ich brauche zum Verpacken des Gemüses weiterhin viele Papier- und Plastiktüten oder Stofftaschen ab Brötchentütengröße. Wer welche sammelt und weitergeben möchte, kann sie gerne am Gartenbauhaus abgeben. Vielen Dank! Christoph Tober

Herbstferien: 12.10. – 24.10. 2020,

Weihnachtsferien: 23.12.2020 – 06.01.2021

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

40. KW: 28.09. – 02.10.2020

Zum täglichen Speiseangebot gehört ein frischer Salat 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

Chili sin Carne^(f) Rotebohnen mit Paprika und Sojahack in Tomatensauce dazu Reis, Salat

Pfirsichquark^(f)



Kartoffelpüree^(f) mit Spinat^(f) dazu Rührei^(c), Salat

frisches Obst



*****Wunsch Essen*****

Vollkornnudeln^(a) dazu Sahnesoße^(f) mit Putenschinken^(G) und Champignons, Salat

Stracciatella Pudding^(f)



Kartoffel Wirsing Auflauf^{(f),(c)} gebackenes Seelachsfilet^{(F),(a1)}, Salat

Stachelbeerkuchen^{(a1),(f),(c)}



Erbsensuppe^(h) dazu Geflügelbrust^(G), Salat

frisches 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) Glutenhaltiges 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; (n) Rind; (o) Schaf; (p) Geflügel; (q) Fisch und daraus gewonnene Erzeugnisse