

49. Kalenderwoche, 09.12.2021



**Adventskonzert des
Musikprojekts**

Leitung: Adelheid Jorberg

Samstag, 11.12.2021, 11⁰⁰ Uhr
Festsaal der Widar Schule

>> Und ab 10³⁰ Uhr (bis 1 Stunde nach dem Konzert):
Martinsmarkt-Nachverkauf

Widar Schule • Waldorfschule in Bochum-Wattenscheid
Höntroper Str. 95 • 44869 Bochum • ☎ 0 23 27 / 97 61-0
Mehr Infos & Wegbeschreibung auf www.widarschule.de

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.



Widar
Schule

Waldorfschule in Bochum-Wattenscheid

Speiseplan

50. KW: 13.12. - 17.12.2021

Zum täglichen Speiseangebot gehört ein frisches Salatbuffet sowie frisches Obst.

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

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

„Bauernauflauf^(c)“ gebratene Kartoffeln, Zwiebeln, Paprika, Möhren, Ei, Feta Paprikadipp^(f) Salat
Joghurt mit Banane^(f)



Ravioli^(a1) mit Zucchini, Auberginen, Paprikafüllung, Tomaten Käserahmsauce^(f), Salat
frisches Obst



Wunsch Essen

Hähnchenbrust Burger „Cesar Styl“^{(G),(a1),(f)}, Vollkornbun, Romasalat, Tomate, Parmesan, Joghurtsauce, Rosmarinkartoffeln, Salat
„Rote Grütze“ mit Brombeeren, Himbeeren, Erdbeeren und Kirschen, Vanillesauce^(f)



Thunfischfrikadellen^{(F),(f),(c),(a1)}, Bulgur mit Paprika und Gurke, Kräuterschmanddipp^(f), Salat
Blechkuchen mit Kirschen^{(a1),(f),(c)}



Tomatensuppe^(h) mit Reiseinlage, 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 Natriphosphat, (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