



Mai 2018

Alle „grün“ hinterlegten
Komponenten sind
gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 Bio

Dienstag, 1. Mai 2018

Tag der Arbeit

Mittwoch, 2. Mai 2018

A Seelachs in Schnittlauchsoße ^{m gw sj sc sm sn}
und **Vollkornreis** ^{m g sj sm},
dazu Gurkensalat

B Ital. Vollkorn-Nudel-Auflauf ^{e m gw f n sj sc sm sn}
(mit Zucchini)
mit **Tomaten-Gemüse-Soße** (Paprika)
Knabbergemüse

Donnerstag, 3. Mai 2018

A Indische Currypfanne ^{m gw sj sc sm sn}
(Paneerkäse, Blumenkohl, Paprika)
mit **Basmatireis** ^{m g sj sc sm}

B Ofenschlupfer ^{m e gw sj sm}
(süßer Auflauf aus Brötchen und Äpfeln)
Pflaumenkompott
/ Salat/Gemüse

Freitag, 4. Mai 2018

A Linseneintopf ^{sl g sj sm} mit **Putenwiener**

B Hafertaler ^{gh gw e sj}
mit **Tomaten-Curry-Soße**
und **Kartoffeln**
Beerenquark ^m
/ Salat/Gemüse

Bienen in der Stadt

„Beschützt die Bienen in Eurer Welt“ – war das Preisausschreiben-Thema der **LUNA Infobox** vom April. Habt ihr schon fleißig Blumen gesät? Das ist prima, denn wir freuen uns auf eure Fotos!

Einsendeschluss ist der 22. Juni 2018.

**Zu gewinnen gibt es ein
Bienenüberraschungspaket!**



Bienen brauchen Lebensraum und eine Stadt wie Berlin bietet diesen. Es gibt begrünte Dachterrassen, Balkone mit bunten Blumenkästen, Kleingärten, ungedüngte Blumenwiesen, Brachflächen und Friedhöfe mit einem Nahrungsangebot sondergleichen. Und ihr könnt dieses Angebot noch erweitern indem ihr z.B. nicht nur den Balkonkasten, sondern auch die Baumscheibe bepflanzt.



Stadt-Imker gibt es immer mehr, sogar Schulen mit Bienen-AGs, in denen Kinder mit Hilfe ihrer Lehrer eigene Bienenstöcke betreiben.

Tipp: Erlebt die Bienensaison auf der Domäne Dahlem. Meldet euch mit eurer Klasse zu einer Bienenführung an. Sprecht doch Eure Lehrer darauf an.

<http://www.domaene-dahlem.de/fuehrungen/angebote-fuer-schulen/grundschulen/>

Übrigens:

- am 20.Mai ist Weltbienentag
- Die Naturschutzjugend (naju) unterstützt mit einer großen Aktion die gefährdeten Bienen <https://www.naju.de/>



Änderungen vorbehalten! Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht: g=Gluten gw=Weizen – gr=Roggen – gg=Gerste – gh=Hafer – gd=Dinkel – gk=Kamut kr=Krebstiere – e=Ei – f=Fisch – n=Erdnuss sj=Soja – m=Vollmilch, Butter, Sahne – sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) – sl=Sellerie – sn=Senf – sm=Sesam – sd=Schwefeldioxid u. Sulphite – lu=Lupine – w=Weichtiere
Kartoffeln, Nudeln, Mehl, Bulgur, Reis, Butter, Milch und Sahne sind gem. der Verordnung (EG) Nr 834/2007 Bio · DE-ÖKO-070



Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten, grüne Deklaration weist auf Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

GS am Stadtpark - HXS

Montag, 7. Mai 2018

- A** **Farfalle** ^{gw e sj} (Schmetterlingsnudeln)
mit Pesto rosso
(kalte Kräutersoße mit getr. Tomate)
- B** **Polentatasche** ^{gw m} mit **Rahmerbsen** ^m
und **Reis** ^{m g sj sm}
- Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 8. Mai 2018

Lunchpakete

Mittwoch, 9. Mai 2018

- A** **meliertes Fischfilet** ^{gw}
mit **Gewürzgurken-Kräuter-Dip** ^m
und **Kartoffeln**
- B** **Möhrensuppe** ^{m gw sj sc sm sn}
mit **Ingwer und Kokos**
und **Vollkornbrot** ^{gr gw gg gd m sc sl sm}
- Salat/Gemüse

Donnerstag, 10. Mai 2018

Himmelfahrt

Freitag, 11. Mai 2018

Berlin Pfingstferien

Montag, 14. Mai 2018

- A** **Makkaroni** ^{gw e sj} (Röhrennudeln)
mit **Tomaten-Frischkäse-Soße** ^m
- B** **Kartoffel-Brokkoli-Auflauf** ^{m gw sj sc sm sn}
- Obst / Knabbergemüse

Dienstag, 15. Mai 2018

- A** **Putensteak mit Spitzkohl in Rahm** ^m
und **Bulgur** ^{m gw sj sm}
- B** **Paprikaquark** ^m mit **Kartoffeln**
Salat/Gemüse

Mittwoch, 16. Mai 2018

- A** **Seelachs in Currysoße** ^{m gw sj sc sm sn}
mit **Reis** ^{m g sj sm}
- B** **Penne** ^{gw e sj} mit **Pesto verde**
(kalte Soße aus grünen Kräutern)
und **Parmesan** ^m (ital. Hartkäse)
- Tomatensalat / Obst

Donnerstag, 17. Mai 2018

- A** **Falafel** ^{gw e sj sm} (Kichererbsenbällchen)
mit **Fladenbrot** ^{gw sm}, **Minzdip** ^m
und **Eisbergsalat**
- B** **Milchreis** ^{g sj sc sn sm}
Erdbeerkompott / Salat/Gemüse
- Freitag, 18. Mai 2018
- A** **paniertes Hähnchenschnitzel** ^{gw}
mit **Maisgemüse** ^m und **Kartoffelpüree** ^m
- B** **Cremige Erbsensuppe** ^m
mit **Sauerrahm** ^m,
dazu **Vollkornbrot** ^{gr gw gg gd m sc sl sm}
Vanillequark ^m / Salat/Gemüse

Alle „grün“ hinterlegten Komponenten
sind
gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 Bio

Montag, 21. Mai 2018

Pfingstmontag

Dienstag, 22. Mai 2018

Berlin Pfingstferien

Mittwoch, 23. Mai 2018

- A** **Fischbulette** ^{e gw} mit **Ratatouille** ^{m gw sj sc sm sn}
(franz. Gemüsepfanne) und **Kartoffelpüree** ^m
- B** **Gelbe Linsensuppe** ^{m gw sj sm}
mit **Baguette** ^{gw e m sc} (franz. Weißbrot)
- Salat/Gemüse

Donnerstag, 24. Mai 2018

- A** **Kesselgulasch** ^{Rind}
- B** **Möhren-Sesam-Schnitzel** ^{gw sl e}
mit **Buttererbsen** ^m und **Ebly** ^{gw m} (Zartweizen)
- Apfel-Vanille-Kompott
mit **Crumble** ^{gw m e sc sm sl n sj lu} (Streusel)
- / Salat/Gemüse

Freitag, 25. Mai 2018

- A** **vegetarisches Rahmgescnetzeltes**
mit **Möhre und Paprika** ^{sj m gw sc sm sn}
,dazu **Vollkornreis** ^{m g sj sm}
- B** **Maultaschen** ^{gw e m sl} (gefüllte Teigtaschen)
mit **Gemüsebrühe** ^{sl}
Reiscreme ^{g sj sc sn sm} mit Mangosoße
/ Salat/Gemüse

Montag, 28. Mai 2018

- A** **Farfalle** ^{gw e sj} (Schmetterlingsnudeln)
mit **Tomatenrahmsoße** ^m
- B** **gratinierter Blumenkohl** ^{m gw sj sc sm sn}
(überbacken) mit **Kartoffeln**
- Obst / Knabbergemüse
- Dienstag, 29. Mai 2018
- A** **meliertes Seehechtfilet** ^{gw m}
mit **Kartoffel-Möhren-Stampf** ^m
- B** **Kohlrabieintopf**
mit **Bauernbrot** ^{gr gw gg gd m sc sl sm}
- Salat/Gemüse
- Mittwoch, 30. Mai 2018
- A** **Mexikanische Hähnchenpfanne** ^{m gw sj sc sm sn}
(Mais, Paprika, Bohnen) mit **Reis** ^{m g sj sm}
- B** **Käsespätzle** ^{m gw e sj sc sm sn}
(überbackene schwäb. Nudeln)
mit **Zwiebelsoße, Möhren-Apfel-Salat**
- Salat/Gemüse
- Donnerstag, 31. Mai 2018
- A** **Senfeier** ^{m gw sj sc sm sn} mit **Kartoffeln**
- B** **Grießbrei** ^{m gw}
Heidelbeerkompott / Salat/Gemüse



S p e i s e p l a n



LUNA
Vollwert-Catering

Gewerbehof 9 : 13597 Berlin
Tel.: (030) 36 75 95 -0
www.luna.de

Mai 2018

Änderungen vorbehalten! Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht: g=Gluten gw=Weizen - gr=Roggen - gg=Gerste - gh=Hafer - gd=Dinkel - gk=Kamut
kr=Krebstiere - e=Ei - f=Fisch - n=Erdnuss sj=Soja - m=Vollmilch, Butter, Sahne - sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss,
Queenslandnuss) - sl=Sellerie - sn=Senf - sm=Sesam - sd=Schwefeldioxid u. Sulphite - lu=Lupine - w=Weichtiere
Kartoffeln, Nudeln, Mehl, Bulgur, Reis, Butter, Milch und Sahne sind gem. der Verordnung (EG) Nr 834/2007 Bio · DE-ÖKO-070  

Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegangener Allergene enthalten, grüne Deklaration weist auf Spuren in den Speisen hin (Herstellerangaben). Wir verwenden jodiertes Speisesalz.

LUNA unterstützt: -Brot für die Welt- & Misereor