

August 2025

Bitte **Bestellungen abgeben** bis zum: **21. Juli '25**

Internet-Bestellungen unter: **www.wakos-gera.de**

(Abgabe per Fax, Post, Terminal, Essenausgabestelle oder persönlich)

Schwein
 Rind
 Geflügel
 Fisch
 Vegetarisch



WaKoS GmbH & Co. KG

Berliner Straße 157 | 07546 Gera

Tel. 03 65 / 4 378 110

Fax 03 65 / 4 378 132

verkauf@wakos-gera.de

www.wakos-gera.de

Name

Vorname

Schule

Klasse

Kunden-Nummer:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

01.08.-01.08.	Menü A	Menü B	Menü C	E	Allergene (siehe letzte Menüzeile)
Mo		<p>Ein neues Schuljahr nun beginnt, wir wünschen, dass es euch gelingt stets fröhlich und vergnügt zu bleiben, auch beim Lesen, Rechnen, Schreiben.</p> <p>Euer WaKoS-Team</p>			a Milch einsch. Laktose b ₁ Gluten (Weizen) b ₂ Gluten (Roggen) b ₃ Gluten (Gerste) b ₄ Gluten (Hafer) c Fisch d Lupine e Eier f Krebstiere g Erdnüsse h Schwefeldioxid/Sulfite i Soja j ₁ Haselnüsse j ₂ Walnüsse j ₃ Cashewnüsse j ₄ Paranüsse j ₅ Pecannüsse j ₆ Macadamianüsse/ Queenslandnüsse k Mandeln l Pistazien m Sesamsamen n Senf o Sellerie p Weichtiere
Di					
Mi					
Do					
Fr 01.08. Ferien	Hähnchen-Nuggets auf Karotten-Stäbchen-Mix, Kartoffelbrei (hg.) a,b,l	/	Gräupcheneintopf mit Rindfleisch, Mischbrot o,b ₁ ,b ₂ ,b ₃	Erdbeer-milch a	

	vom 01.08.		bis 01.08.	
	A	B	C	E
Mo	/	/	/	/
Di	/	/	/	/
Mi	/	/	/	/
Do	/	/	/	/
Fr		/		

04.08.-08.08.	Menü A	Menü B	Menü C	E	Inhaltsstoffe (letzte Menüzeile)
Mo 04.08. Ferien	Gabelepagetti, Soße „Bolognese“, Reibekäse, Pudding a,b ₁ ,e	/	Chili sin carne, Reis b ₁ ,m	Bananen-milch a	1 Farbstoff 2 Konservierungsstoff 3 Antioxydationsmittel 4 Geschmacksverstärker 5 geschwefelt 6 Nitritpökelsalz 7 gewachst 8 Phosphat 9 Süßungsmittel hg. = hausgemacht
Di 05.08. Ferien	3 Schoko-Hefeklöße mit heißen Erdbeeren a,b ₁ ,e	Möhreneintopf mit Petersilie, Mischbrot, Frisches Obst b ₁ ,b ₂	/	Erdbeer-milch a	
Mi 06.08. Ferien	Fisch-Nuggets (Seelachs in Knusperpanade), Dill-Soße, Kartoffelbrei (hg.), Rotkraut-Äpfel-Salat (hg.) 3,5,a,b ₁ ,b ₃ ,c,h,l	Vegetarischer Gemüse-Mix (Paprika, Zwiebeln, Tomaten, Blumenkohl, Mais, Bohnen), Salzkartoffeln, Rotkraut-Äpfel-Salat (hg.) 3,a	/	Vollmilch (natur) a	
Do 07.08. Ferien	Spinat-Karotten-Rösti, Spinatsoße, Kartoffelbrei (hg.), Quarkspeise (hg.) 3,a,b ₁ ,e,m	Hörnchennudeln mit Kräuter-Gemüsesoße, Quarkspeise (hg.) 3,a,b ₁ ,e	/	Schoko-milch a	
Fr 08.08. Ferien	Gönnataler Geflügelkchlops (hg.), Petersiliensoße, Salzkartoffeln, Bananenjogurt a,b ₁ ,b ₃ ,l	/	Kräuter-Gurkenquark (hg.), Butter, Salzkartoffeln a	Vanille-milch a	

	vom 04.08.		bis 08.08.	
	A	B	C	E
Mo		/		
Di			/	
Mi			/	
Do			/	
Fr		/		

Änderungen vorbehalten!

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	vom 11.08.		bis 15.08.	
	A	B	C	E
Mo			/	
Di			/	
Mi				
Do				
Fr				

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	vom 18.08.		bis 22.08.	
	A	B	C	E
Mo				
Di				
Mi				
Do				
Fr				

Zutreffendes bitte ankreuzen!

	vom 25.08.		bis 29.08.	
	A	B	C	E
Mo				
Di				
Mi				
Do				
Fr				

Zutreffendes bitte ankreuzen!

		Menü A	Menü B	Menü C	E
Mo	11.08.	Schnecklinudeln, Tomatensoße mit Geflügelfleischklößchen, Wackelpudding 1,b1,e	Linsen-Gemüse-Kartoffel-Eintopf, Wackelpudding 1,b1,m	/	Schokomilch a
Di	12.08.	Zucchinipfanne (mit Paprika, Zwiebel, Tomate, Champignons, Käse), Bunter Gemüsereis, Kirschkompott 9,a	Buttergrießbrei, Zucker, Zimt, Kirschkompott 9,a,b1	/	Vollmilch (natur) a
Mi	13.08.	Ungarischer Gulasch, Semmelknödel, Chinakohlsalat (Chinakohl, Möhre, Mais; hg.) 0,2,b1,e,i	Gedünstetes Fischfilet natur (MSC), Kräuter-Senfsoße, Salzkartoffeln, Chinakohlsalat (hg.) 2,3,5,a,c,h,l,m	Gemüse-Dino, Broccolisofße, Kartoffelbrei (hg.) a	Vanillemilch a
Do	14.08.	2 gekochte Eier, Senfsoße, Salzkartoffeln, Buttermilchdessert Heidelbeer 3,5,a,e,h,l	Blumenkohl-Käse-Medaillon, Soße Hollandaise, Kartoffelbrei (hg.), Buttermilchdessert Heidelbeer 1,2,a,b1,b3,c,e,i,l,m	Thüringer Gartensuppe, Körnerbrot b1,b2,b3,b4,k	Erdbeermilch a
Fr	15.08.	Roster auf Sauerkraut, Kartoffelbrei (hg.) 3,a,b1,l,m	Brühe mit Einlage, 2 Eierkuchen, Zucker, Apfelmus 3,a,b1,e	Tomatenreissuppe mit Hähnchenbruststreifen, Baguette b1,b2,b3,i	Bananenmilch a

		Menü A	Menü B	Menü C	E
Mo	18.08.	Hühnerfrikassee, Bunter Gemüsereis, Rote Grütze mit Vanillesoße 1,2,a,b1,c,i,m	Schweineschnitzel auf Blumenkohlgemüse holl. Art, Salzkartoffeln a,b1,b3,e,l	Milchreis „Vanille“, Zucker, Zimt a,b3	Vanillemilch a
Di	19.08.	Gemüsefrikadelle, Kräutersoße, Salzkartoffeln, Weißkrautsalat mit Möhre (hg.) b1,e	Korkenziehernudeln mit Soße „Napoli“, Weißkrautsalat mit Möhre (hg.) b1,e	Bunter Kartoffel-Gemüseintopf, Baguette b1,b2,b3	Erdbeermilch a
Mi	20.08.	Hähnchenkeule, Soße, Salzkartoffeln, Rotkohl b1,l,m	Fitness-Burger (Eisbergsalat, Schnittkäse, Salami, Gurke im Roggenbrötchen), Jogurt-Dipp – Kaltmenü – 1,a,b1,b2,b3,b4,e,k,l	Tomaten-Nudel-Eintopf, Weißbrot 2,a,b1,e	Schokomilch a
Do	21.08.	Gemüse-Knusper schnitzel auf Kohlrabirahmgemüse mit Petersilie, Kartoffelbrei (hg.) a,b1	Möhrenbolognese (Tomaten, Möhren), Kartoffelbrei (hg.), Banane a,b1	Erdbeer-Kaltschale mit Vanillesoße, Banane 1,a	Vollmilch (natur) a
Fr	22.08.	Hack-Krautpfanne, Salzkartoffeln, Gurkensalat mit Jogurtdressing (hg.) a,b1	Fischfilet „Meeresfantasie“, Zitronen-Buttersoße, Roter Kartoffelbrei mit Möhren (hg.), Gurkensalat mit Jogurtdressing (hg.) 2,3,4,a,b1,c,e,i	Gemüsesuppe mit Rindfleisch, Mischbrot 0,b1,b2	Bananenmilch a

		Menü A	Menü B	Menü C	E
Mo	25.08.	Schnecklinudeln, Würstelgulasch, Pudding 1,2,3,6,a,b1,e,i	Hähnchenbrustfilet natur, Soße, Salzkartoffeln, Marktgemüse a,b1	Nudel-Gemüseintopf mit Eierstich, Körnerbrot a,b1,b2,b3,b4,e,k	Erdbeermilch a
Di	26.08.	Rührei, Rahmpfanne, Salzkartoffeln a,b1,b3,e,l,m	Blumenkohl-Gemüsepfanne (Blumenkohl, Paprika, Karotten), Salzkartoffeln, Fruchtmus 1,3,l	3 Kartoffelpuffer, Zucker, Fruchtmus 1,3,b1,e	Bananenmilch a
Mi	27.08.	Putenrollbraten, Soße, Klöße, Gemüse „Leipziger Allerlei“ 2,3,a,b1,b3,h	Marinierter Hering, Salzkartoffeln, Frisches Obst 2,4,9,a,c,e,l	Kartoffelsuppe „Thüringer Art“ mit Wiener Würstchen 2,3,4,6,l,m	Vanillemilch a
Do	28.08.	Sesam-Karotten-Knusperstich, Curry-Sahne-Soße, Kartoffelbrei (hg.), Salat „Padua“ (hg.) a,b1,k,l,m	Vegetarische Bolognese (Soja) mit Tomaten-Kräutersoße, Reis, Salat „Padua“ (Gurke, Möhre, Rettich, Radleschen; hg.) b1,l	2 Hefeknödel mit Heidelbeeren gefüllt, Vanillesoße a,b1,e	Vollmilch (natur) a
Fr	29.08.	Gefüllte Paprikaschote, Soße, Salzkartoffeln, Waldfruchtjogurt a,b1	Geflügel-Jägerschnitzel, Tomatino-Soße, Spirelli, Waldfruchtjogurt 2,6,a,b1,e	Reiseintopf mit Petersilie, Mischbrot b1,b2,m	Schokomilch a

Zutreffendes bitte ankreuzen!