



Speiseplan 17.05. – 21.05.2021



| | | |
|-------------------|--|---|
| Montag | <p>Pasta Mista Verschiedene Nudelsorten mit leckeren Saucen, dazu gebratenes Gemüse, Pesto und Reibekäse</p> <p style="text-align: right;">A B C I J</p> | <p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Mango-Vanillaquark</p> <p style="text-align: right;">A B C E I J K</p> |
| Dienstag | <p>Putengyros mit Zaziki, Tomaten-Paprikasauce und Reis Vegetarisch: Gemüse-Gyros mit viel Gemüse, Zaziki, Paprikasauce und Bulgur</p> <p style="text-align: right;">B C E J B C E H J</p> | <p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst</p> <p style="text-align: right;">A B C E I J K</p> |
| Mittwoch | <p>Suppentag Hausgemachte leckere Suppen zur Auswahl (vegetarisch oder vegan), dazu Brotcroutons, Reis, verschiedene Beilagen und frisches Baguette</p> <p style="text-align: right;">A B C J</p> | <p>Salat, Dressing (2,6,11) / Grießpudding mit frischen Erdbeeren und Sauce</p> <p style="text-align: right;">A B C E I J K</p> |
| Donnerstag | <p>Marinierte Chicken Wings oder Gemüse Nuggets mit leckeren Dips (2,6,11), dazu Pommes Frites oder Kartoffelspalten und Salat</p> <p style="text-align: right;">A B C E I J K</p> | <p>Salat Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst</p> <p style="text-align: right;">A B C E I J K</p> |
| Freitag | <p>MSC Kabeljaufilet in Maispanade gebacken mit Sauce Hollandaise, dazu frischer Spargel oder Blattspinat und Salzkartoffeln Vegetarisch: Blumenkohl-Käse Medaillons mit Sauce Hollandaise, Blattspinat und Salzkartoffeln</p> <p style="text-align: right;">A B C E F J A B C E J</p> | <p>Salat, Dressing (2,6,11) / Obst / Hausgemachte Smoothies</p> <p style="text-align: right;">A B C E I J K</p> |

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, Erbsen, frische Möhren für Euch immer in BIO Qualität, biozertifiziert durch DE-ÖKO-039 (GfRS)

Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden!
Eure Pasta und Milch sind leider noch nicht Bio.

Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte Küchenteam der mamas canteen wünschen allen Schülern und Kollegen einen guten Appetit und ein erfolgreiches Schuljahr!



Änderungen behalten wir uns vor ;-)

© Jörg Wieckenberg 2021