



Speiseplan 22.03. - 26.03.2021



Montag	Pasta mit würziger Tomatensauce, dazu gebratene Sucuk, Paprika, Oliven und Käse (ohne Sucuk vegan) A B C J Vegetarisch: Spaghetti mit Frischkäsesauce, gebratenem Gemüse, Pesto und gerösteten Sonnenblumenkernen A B C I J	Salat / Knabbergemüse / Obst / Dessert A B C E I J K
Dienstag	Chili Con Carne mit Rinderhack, Bohnen, Tomaten, Mais und Schmand, dazu Reis und Baguette A B C J Vegetarisch: Chili Sin Carne mit Soja, Bohnen, Tomaten, Mais und Schmand, dazu Koriander, Reis und Baguette (ohne Schmand vegan) A B C H J	Salat / Knabbergemüse / Obst / Dessert A B C E I J K
Mittwoch	MSC-Backfisch mit Sauce Hollandaise, dazu Blumenkohl oder Erbsen und Kartoffelpüree A B C E F J Vegetarisch: Blumenkohl-Käsemedaillon mit Sauce Hollandaise, Gemüse und Kartoffelpüree A B C E J	Salat / Knabbergemüse / Obst / Dessert A B C E I J K
Donnerstag	Nudelaufbau mit Gouda gratiniert, dazu eine große Gemüseauswahl und Petersiliensauce A B C E J	Salat / Knabbergemüse / Obst / Dessert A B C E I J K
Freitag	„Pizzatag“ Verschiedene Pizzen z.B. Salami, Hawaii, Verdura, Margherita. uvm. zum selber zusammenstellen A B C E I J	Salat / Knabbergemüse / Obst / Dessert A B C E I J K

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