



Speiseplan

26.04. - 30.04.2021



Montag	Farfalle mit frischem Spargel, Zuckerschoten, Kirschtomaten und Reibekäse oder Parmesan, dazu Pesto und Rucola A B C I J Alternativ: Penne Rigate mit Frischkäsesauce, dazu Blattspinat, Tomatenwürfel und geröstete Kerne A B C J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Eis am Stiel A B C E I J K
Dienstag	Frühlings Hühnereintopf mit Hackbällchen (Rind), Nudleinlage und viel frischem Gemüse, dazu Baguette A B C E J Buchstabensuppe und viel frischem Gemüse und Buchstabennudeln, dazu Baguette (vegan) A B C J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K
Mittwoch	Kroatische Cevapcici (Rinderhackfleisch) mit Aijvar, Zaziki, Djuvec-Gemüse und Reis A B C E J Vegetarisch: Gefüllte Paprikaschote mit Hirtenkäse und Gemüse überbacken, dazu Tomatensauce und Reis A B C E I J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K
Donnerstag	<p style="text-align: center;">Kartoffeltag</p> Viele leckere Gerichte rund um die beliebte Knolle (vegetarisch oder vegan) Lasst Euch überraschen 😊 A B C E J K	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Bananenquark mit Schokostreuseln A B C E I J K
Freitag	MSC-Fischfilet mit Gemüse und Kartoffelgratin, dazu Kopfsalat in Zitronensahne A B C E F J Veganes Knusperfilet „Fisch vom Feld“ mit Gemüse und Kartoffelgratin A B C E I J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Cookies A B C E I J K

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, TK-Erbesen, 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