



Speiseplan



27.05. – 31.05.2019	Montag	Dienstag	Mittwoch	Himmelfahrt	Brückentag
Essen I	„Omas Frikadelle“ (Rind oder Veggie) mit Zwiebeljus, dazu Blumenkohl mit Bröselbutter, Möhrengemüse und Kartoffelpüree <i>ABCEJK</i>	Pizzatag Verschiedene Pizzen z.B. Salami, Hawaii, Margherita, etc. zum selber zusammenstellen <i>ABCJ</i>	Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten und leckeren Saucen) <i>ABCEFHJ</i>	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!
Essen II	Graupenrisotto mit frischem Spargelgemüse, Kirschtomaten, Rucola und Pesto, dazu Parmesan <i>ABCIJ</i>	Salatbar Knackige Salate und Dressings zum Selber zusammenstellen dazu Baguette <i>ABCEIJ</i>	„Grab a Snack“ Verschiedene Snacks als Überraschungssessen -	Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ einen tollen Feiertag ☺	
Salat	Gemischter Salat <i>BCJK</i>	Gurkensalat mit Dill und Schmand <i>BC</i>	Lauchsalat mit Ananas <i>BCEJK</i>	Am Montag sind wir wieder für Euch da!	
Obst/Dessert	Griechischer Joghurt mit Honig und gerösteten Nüssen <i>BCI</i>	Skyr Dessert mit Himbeeren, Kokos und Chiasamen <i>BC</i>	Obst -	Eure mamas canteen	

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)

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen

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



Änderungen behalten wir uns vor ;-)

Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden!

Eure Milch und Pasta sind noch nicht Bio.

© Jörg Wieckenberg 2019