



# Speiseplan

## 05.11. - 09.11.2018



<b>Montag</b>	Fusili mit Käsesauce oder Gorgonzolasauce, dazu Gemüse und geröstete Kerne Pasta mit hausgemachtem Möhrenpesto, Bratgemüse und Käse <i>ABCIJ</i> <i>ABCIJ</i>	Salatbuffet / Obst <i>BCEJK</i>
<b>Dienstag</b>	Gyros von der Pute mit Zwiebeln, Zaziki und Djuvec-Gemüse und Reis Vegetarisch: Gemüsegyros mit Soja, dazu Zaziki, Ajvar und Reis <i>ABCJ</i> <i>BCHJ</i>	Griechischer Joghurt mit Honig und gerösteten Nüssen -
<b>Mittwoch</b>	Kartoffelgratin mit Emmentaler überbacken, dazu eine große Gemüseauswahl und Sauce Hollandaise <i>BCEJ</i>	Knabbergemüse / Obst -
<b>Donnerstag</b>	Deftiger Erbseneintopf mit Gemüsewürfeln und Petersilie, dazu wahlweise Geflügel-Wiener Würstchen und Brot <i>ABCJ</i>	„Birne Helene“ mit Vanillepudding und Schokosauce <i>BC</i>
<b>Freitag</b>	MSC Fisch-Burger zum selber bauen, dazu viele Beilagen, Remoulade, Salate und Kartoffeln Vegetarisch: Veggie-Burger zum selber bauen, dazu viele Beilagen, Remoulade, Salate und Kartoffeln <i>ABCEFJK</i> <i>ABCEFJK</i>	Salatbuffet / Obstsalat <i>BCEJK</i>

Zum Essen gibt es in der mamas canteen  
jeden Tag Knabbergemüse, knackigen Salat, frisches Obst oder  
Dessert.

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 ;-)  
Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden!

© Jörg Wieckenberg 2018