



Speiseplan

09.09. - 13.09.2019



Montag	Currywurst (Geflügel oder Veggie) mit hausgemachter Currysauce ⁽¹¹⁾ und hausgemachte Kartoffelspalten <i>BCEJ</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Himbeer-Joghurt <i>ABCEIJK</i>
Dienstag	Pellkartoffeln mit hausgemachtem Kräuterquark, gehacktem Ei und Kressesalat <i>BCEJ</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>ABCEIJK</i>
Mittwoch	Spitzkohlpfanne mit Gemüse und Champignons, dazu wahlweise MSC-Fischfilet, Bulgur und Joghurtsauce <i>ABCFJ</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / hausgebackener Kuchen <i>ABCEIJK</i>
Donnerstag	Knusprige Hähnchenkeule mit Rahmsauce, Erbsen und Möhren, dazu Petersilienkartoffeln <i>ABCJ</i> Veg: Gemüse - Bratlinge mit Rahmsauce, Erbsen und Möhren, dazu Petersilienkartoffeln <i>ABCEJ</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>ABCEIJK</i>
Freitag	Linseneintopf mit Kartoffel- und Gemüsewürfeln, Petersilie, dazu Brot <i>AJ</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>ABCEIJK</i>

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.

Änderungen behalten wir uns vor ;-)

Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte Küchenteam der mamas canteen wünschen allen Schülern und Kollegen einen guten Appetit und ein erfolgreiches Schuljahr!
© Jörg Wieckenberg 2019

