Kita Speiseplan
11.03. – 15.03.2024

Montag	**Pastabar** (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, auch Vollkorn, Gemüse, Pesto und leckeren vegetarischen Saucen) A^{I} B C E I^{I} J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A^{I} B C E I^{x} J K
Dienstag	Vegetarisch: 2 Eier mit leckerer „Frankfurter grüner Sauce“, dazu Blattspinat und Kartoffeln A^{I} B C E J K	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A^{I} B C E I^{x} J K
Mittwoch	**Pfannkuchentag** Pfannkuchen mit Käse, Grillgemüse und Pesto oder Pfannkuchen mit Apfelkompott (6), Vanillasauce A^{I} B C E I^{I} J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A^{I} B C E I^{x} J K
Donnerstag	Deftiger Erbseneintopf (nicht Bio) mit Gemüsewürfeln und Petersilie (vegan), dazu Wiener Würstchen (Geflügel oder Veggie) und Vitalbaguette A^{I} B C J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A^{I} B C E I^{x} J K
Freitag	Lachsfilet im Ganzen gebraten oder Brokkoli-Nuss Ecken, dazu Zitrone, Dip (2,6,11) , frisches Gemüse und cremige Polenta A^{I} B C F I^{1,2} J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A^{I} B C E I^{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!
Laktosefreie Milch und glutenfreie Pasta sind leider noch nicht Bio.

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

Änderungen behalten wir uns vor ;-)

© Jörg Wieckenberg 2024