



Speiseplan

24.08. - 28.08.2020



Montag	Tortelloni mit Tomaten-Basilikumsauce, gebratenem Gemüse und Reibekäse Alternativ: Fusilli in Spinat-Schmelzkäsesauce, dazu geröstete Sonnenblumenkerne und Tomatenwürfel A B C I J A B C I J	Salat / Knabbergemüse / Erdbeer-Quarkspeise A B C E I J K
Dienstag	Kartoffelgratin mit Emmentaler überbacken, dazu eine große Gemüseauswahl B C E J	Salat / Knabbergemüse / Obstsalat A B C E I J K
Mittwoch	Chicken Nuggets mit leckeren Dips, Sesam-Möhren und hausgemachten Kartoffelspalten Vegetarisch: Maiskolben in Butter mit Gemüse, Salzkartoffeln und Sour Cream A B C I J L B C I J L	Salat / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K
Donnerstag	Putengyros mit Zaziki, dazu Reis und Tomatensauce Vegetarisch: Gemüsegyros mit Soja, dazu Zaziki, Reis und Tomatensauce (ohne Zaziki vegan) B C J B C H J	Salat / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K
Freitag	„Kumpir“ 2 ½ knusprige Ofenkartoffeln mit Sour Cream, Hirtenkäse, Oliven, vielen Beilagen und Salat B C E J K	Salat / Knabbergemüse / Donuts 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 2020