



Speiseplan

29.04. – 03.05.2024



Montag	<p>„Hot Dogs“ Geflügel, vegetarisch oder vegan zum selber belegen, dazu Röstzwiebeln, Gurken, Saucen (2,6,11), Röstkartoffeln, Beilagen und eine Salatauswahl <i>A' B C E H I J K</i></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obstauswahl <i>A B C E I J K</i></p>
Dienstag	<p>Hühnerfrikassee oder Gemüsfrikassee mit Spargel, dazu Champignons und Risi Bisi (Reis mit Erbsen) <i>A' B C J</i></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Erdbeerjoghurt <i>A B C E I J K</i></p>
Tag der Arbeit	<p>Heute bleibt die mamas canteen geschlossen! Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ einen schönen Feiertag.</p>	<p>Am Donnerstag sind wir wieder für Euch da!</p>
Donnerstag	<p>Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse und leckeren Saucen) <i>A' B C E I J</i> Alternativ: Tortelloni Variation mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Gemüse und Käse <i>A' B C I J</i></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Wassermelone <i>A B C E I J K</i></p>
Freitag	<p>Leckere Tomatensuppe (vegan), dazu Creme-Fraiche, Basilikumpesto, Reis und frisches Baguette <i>A' B C J</i> Alternativ: „mamas Bowl Bar“ Leckere Salate, Gemüse, Linsen, Reis, Saucen und Toppings <i>A' B C E I J K L</i></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Hausgebackener Obst-Crumble mit Vanillasauce <i>A B C E I J K</i></p>

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 mamas 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