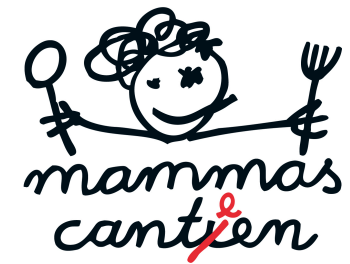




# Speiseplan 21.10. - 25.10.2019



<b>Montag</b>	Spaghetti Sahnesauce, dazu Gemüse und Käse Vegetarisch: Penne mit roter Linsenbolognese, dazu Oliven, Hirtenkäse und gebratene Zucchini (ohne Hirtenkäse vegan)	ABCJ ABCJ	Salat / Knabbergemüse / Obst ABCEIJK
<b>Dienstag</b>	Rahmspinat mit Rührei, dazu wahlweise Schnittlauch und Tomatenwürfel, Kartoffelrösti	ABCEJ	Salat / Knabbergemüse / Götterspeise mit Vanillesauce ABCEIJK
<b>Mittwoch</b>	Putenschnitzel „Wiener Art“ mit Zitrone, Gemüseauswahl und Würfelkartoffeln Vegetarisch: Gefülltes Käseschnitzel mit Zitrone, Gemüse und Kartoffeln	ABCEJ ABCEJ	Salat / Knabbergemüse / Obst ABCEIJK
<b>Donnerstag</b>	Tomatencremesuppe mit Schmand, Basilikumpesto und Reiseinlage, dazu frisches Baguette	ABCIJ	Salat / Knabbergemüse / Schokopudding mit Vanillesauce ABCEIJK
<b>Freitag</b>	„Fish & Chips“ MSC-Fischnuggets mit leckeren Dips und Gemüse, dazu hausgemachte Kartoffelspalten Vegetarisch: Gemüsenuggets mit leckeren Dips, dazu Gemüse und Kartoffelspalten	ABCEFIJK ABCEJK	Salat / Knabbergemüse / Frische Obst-Smoothies (vegan) ABCEIJK

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.

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 2019