



# Speiseplan

## 30.11. - 04.12.2020



<b>Montag</b>	<p><b>„Mac &amp; Cheese“</b>            Cremiger Maccaroniaufwurf mit viel Käsesauce überbacken,            dazu Gemüse und Tomaten-Orangen-Basilikumsauce <small>ABCJ</small>            Vegetarisch: Pasta mit Käse-Sahnesauce, Rote Beete Pesto und Gemüse <small>ABCIJ</small></p>	Salat, Dressing <small>(2,6,11)</small> / Knabbergemüse / Obst <small>ABCEIJK</small>
<b>Dienstag</b>	<p>„Kumpir“ 2 ½ knusprige Ofenkartoffeln mit Sour Cream,            dazu Gemüse, Hirtenkäse, Oliven <sup>(8)</sup>, viele Beilagen und Salat <small>ABCEIJK</small></p>	Salat, Dressing <small>(2,6,11)</small> / Knabber- gemüse / Schokoladen-pudding mit Typ Vanillesauce <small>ABCEIJK</small>
<b>Mittwoch</b>	<p>„mamas Chicken Wings“, dazu leckere Dips <small>(2,6,11)</small>,            Gemüse und Pommes Frites <small>ABCEJ</small>            Vegetarisch: Gemüse Nuggets mit kleinen Maiskolben und Süßkartoffelgemüse,            dazu Kräuterquark und Kartoffelspalten <small>ABCEJ</small></p>	Salat, Dressing <small>(2,6,11)</small> / Knabbergemüse / Obst <small>ABCEIJK</small>
<b>Vorgezogenes Nikolausessen 😊</b>	<p>Hähnchenkeule mit Orangenjus,            Apfelrotkohl <small>(6,11)</small> und Kartoffelknödeln <small>ABCEJ</small>            Vegetarisch: Gemüsetaler mit Preiselbeerdip,            dazu Champignons, Erbsen, Möhren und Salzkartoffeln <small>ABCIJ</small></p>	Salat, Dressing <small>(2,6,11)</small> / Knabbergemüse / Obst / Nikolaus-Überraschung <small>ABCEIJK</small>
<b>Freitag</b>	<p>Linteneintopf mit Tellerlinsen, Gemüsewürfeln,            Kartoffeln und Petersilie, dazu frisches Fladenbrot (vegan) <small>AJ</small>            Vegetarisch: Türkischer Bulgur mit viel Gemüse, Tomaten,            Joghurtsauce und Fladenbrot <small>ABCJ</small></p>	Salat, Dressing <small>(2,6,11)</small> / Knabbergemüse / kleine Pancakes mit Puderzucker und Apfelmus <sup>(6)</sup> <small>ABCEIJK</small>

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Tofu, Spinat, TK-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 2020