



Speiseplan

08.04. – 12.04.2024



Montag	„Pasta Carbonara“ mit Putenschinken, Zwiebel-Sahnesauce, dazu Gemüse und Reibekäse A' B C J Vegetarisch: Pasta Mista Verschiedene Nudeln mit leckeren Saucen, dazu Gemüse und Reibekäse A' B C I' J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Kirsch-Stracciatella Joghurt A B C E I J K
Dienstag	„Poulet Grand Mère“ Gegrillte Hühnerkeule mit Bratenjus, Erbsen und Möhrengemüse, Kartoffelpüree oder Reis B C J K Vegetarisch: Kohlrabi-Kräuter Medaillons, dazu Kräuterquark, Gemüse und Kartoffelpüree oder Reis A' B C E J K	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K
Mittwoch	Bunte Frühlings-Gemüseauswahl mit Champignons und Sauce Béarnaise, dazu Risotto oder Röstitaler A' B C E J Vegetarisch: Bunter Möhre Eintopf mit Gemüse und Petersilie, dazu Mehrkornbaguette A' B C E J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Vanillapudding mit Erdbeer-Rhabarber Ragout A B C E I J K
Donnerstag	Kartoffelgnocchi mit fruchtiger Tomatensauce, dazu hausgemachtes Bärlauchpesto, Brokkoli oder Fenchelgemüse und Reibekäse A' B C E I' J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obstsalat A B C E I J K
Freitag	Bunte Eblypfanne (Zartweizen) mit viel Gemüse, dazu Kräuterquark und gefüllte Kartoffeltaschen A B C J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obstauswahl A B C E 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 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