Speiseplan

08.04. – 12.04.2024	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I	Pasta mit Basilikumpesto, Sahnesauce, Kirschtomaten, Rucola, Ofengemüse und gebratene Garnelen *A^I B C F I^I J*	**Poulet Grand Mère** Gegrillte Hühnerkeule oder Kohlrabi-Kräuter Medaillons mit Gemüse und Champignons, dazu Kartoffelpüree oder Reis *B C E J K*	Bunte Frühlings-Gemüseauswahl mit Champignons und Sauce Béarnaise, dazu Risotto oder Röstitaler *A^I B C E J*	Rinderhackbraten mit Rahmsauce, dazu grüne Bohnen, Kohlrabi und Petersilienkartoffeln *B C J*	Bunte Eblypfanne (Zartweizen) mit viel Gemüse, dazu Kräuterquark und gefüllte Kartoffeltaschen *B C J*
Essen II	**Pasta Mista** Verschiedene Nudeln mit leckeren Saucen, dazu Pesto, Gemüse und Käse *A^I B C I^I J*	**Salatbar** Knackige Salate und Dressings (2,6,11) zum Selber zusammenstellen dazu Vollkornbaguette *A^I B C E I^I J*	Bunter Möhreneintopf mit Gemüse, dazu Reis und Mehrkornbaguette *A^I B C H J L*	Kartoffelgnocchi mit fruchtiger Tomatensauce und Bärlauchpesto, dazu Brokkoli und Reibekäse *A^I B C E I^I J*	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungsessen -
Salat	Tomatensalat mit roten Zwiebeln *J K*	Chinakohlsalat mit Mandarinen und Joghurt *B C*	Salat mit American Dressing (2,6,11) *B C E K*	Hirtensalat mit Oliven(8) und Paprika *B C J*	Feldsalaat mit Croutons *A B C*
Obst/Dessert	Kirsch-Stracciatella Joghurt *B C*	Obst -	Vanillapudding mit Erdbeer-Rhabarber Ragout *B C*	Obstsalat -	Bunte Beerengrütze mit Vanillasauce *B C*

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)

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen

Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte mammas canteen-Küchenteam wünschen allen Schülerinnen und Schülern, sowie Kolleginnen und Kollegen einen guten Appetit und ein erfolgreiches Schuljahr!

Änderungen behalten wir uns vor ;-)
Menschen mit Allergien bitte VOR dem Essen am Tresen melden
Laktosefreie Milch und glutenfreie Pasta sind noch nicht Bio.

© Jörg Wieckenberg 2024