



Speiseplan



26.03. – 30.03.2018	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Karfreitag
Essen I 3,50 €	Pasta mit Basilikumpesto, Sahnesauce, Kirschtomaten, Rucola und gebratenen Garnelen <i>ABC FJ</i>	Bunte Gemüseauswahl, dazu Sauce Hollandaise, gebratene Champignons und Salzkartoffeln <i>AJHL</i>	Currywurst (Geflügel oder vegetarisch) mit hausgemachter Currysauce, Currypulver und Pommes Frites <i>BCEJK</i>	Ragout vom Osterlamm mit provencalischem Gemüse, dazu cremige Polenta mit Parmesan oder Reis <i>AJHL</i>	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!
Essen II 3,50 €	Penne „all´ arrabbiata“ mit Tomaten-Basilikumsauce und einem Hauch Chili (vegan) <i>AJ</i>	Karotten-Ingwersuppe, dazu frischer Koriander, Reis und Baguette <i>ABCHJL</i>	Salatbar Knackige Salate und Dressings zum Selber zusammenstellen dazu Vollkornbaguette <i>ABCEIJ</i>	Kartoffelgnocchi mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Brokkoli und Reibekäse <i>ABCJ</i>	Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ Frohe Ostern und bunte Feiertage ;-))
Salat 1,00 €	Tomatensalat mit roten Zwiebeln <i>JK</i>	Chinakohlsalat mit Mandarinen und Joghurt <i>BC</i>	Salat mit American Dressing <i>BCEK</i>	Schafskäsesalat mit Oliven <i>BCJ</i>	Am Dienstag sind wir wieder für Euch da!
Obst/Dessert 0,50 €	Bananenquark mit Schokostreuseln <i>BC</i>	Griechischer Joghurt mit Honig und gerösteten Nüssen <i>BCI</i>	Obst -	Kleine Oster Überraschung ;-) <i>BC</i>	Eure mamas canteen

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen
Salat oder Obst/Dessert extra +0,50 €

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

Änderungen behalten wir uns vor ;-)

Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden!

© Jörg Wieckenberg 2018