



Speiseplan



16.04. – 20.04.2018	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I 3,50 €	“Spaghetti Carbonara” mit Putenschinken- Sahnesauce, dazu Reibekäse <i>ABCJ</i>	Große Portion Milchreis mit Kirschkompott oder Schokosauce und Zimt/Zucker <i>BCEJ</i>	Hähnchenbrust mit Tomate und Käse überbacken, Tomatensauce, Gemüseauswahl und Reis <i>BCJ</i>	Hühnersuppe mit viel Gemüse und Nudeln - Alternativ mit Kokos, Zitronengras, Gemüse und Koriander, dazu Baguette <i>AHJ</i>	Fischstäbchen oder Gemüsefrikadelle mit Sauce Tatar, Erbsen-Gemüse und Kartoffelpüree <i>ABCEJF</i>
Essen II 3,50 €	Maultaschen, dazu geschmälzte Zwiebeln, Bröselbutter und gebratenes Gemüse mit Champignons <i>ABCJ</i>	Pellkartoffeln mit hausgemachtem Kräuterquark, gekochtem Ei und Kressesalat <i>BCE</i>	Gefüllte Zucchini mit Käse überbacken, dazu Tomatensauce, Gemüseauswahl und Reis <i>BCJ</i>	Salatbar Knackige Salate und leckere Dressings zum Selber zusammenstellen dazu Vollkornbaguette <i>ABCEIJK</i>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungessen -
Salat 1,00 €	Feldsalat <i>BCJK</i>	Bauernsalat mit Feta und Oliven <i>BC</i>	Gemischter Salat mit Mais <i>BCEJK</i>	Karibischer Reissalat <i>BCHJL</i>	Gurkensalat mit Dill <i>BCK</i>
Obst/Dessert 0,50 €	Schokoladenpudding mit Vanillesauce <i>BC</i>	Cookies <i>ABCI</i>	Obst -	Bananen Vanille-Shake <i>BC</i>	kleines Eis <i>BC</i>

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen
Salat oder Obst/Dessert extra +0,50 bzw. 1,00 €

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