



# Speiseplan



12.11. – 16.11.2018	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen I</b> 3,50 €	Herbstliche Spitzkohlpfanne mit Hackfleisch (Rind), dazu Salzkartoffeln und Sauerrahm <i>BCJ</i>	<b>Pastabar</b> ( Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten und leckeren Saucen) <i>ABCEFIJ</i>	Glacierte Putenbrust mit leichter Honigrahmsauce, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelkroketten <i>ABCJ</i>	Große Portion Milchreis mit Sauerkirschen oder Schokosauce, dazu Zimt und Zucker <i>BC</i>	Fischstäbchen mit Sauce Tatar, Erbsen-Möhrengemüse und Kartoffelpüree <i>ABCEFIJ</i>
<b>Essen II</b> 3,50 €	„Ratatouille“ Provencalische Gemüsepfanne mit Kirschtomaten und frischen Kräutern, dazu Röstkartoffeln <i>J</i>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen -	Gratinierte Süßkartoffeln mit Haselnüssen und Semmelbröseln, dazu Schnittlauchschmand, Rosenkohl und Kartoffelkroketten <i>ABCI</i>	„Tom Kha“ Thailändische Kokosuppe mit Zitronengras, Gemüse, Koriander und Duftreis, dazu wahlweise Tofu (vegan) <i>JHL</i>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen -
<b>Salat</b> 1,00 €	Gemischter Salat <i>BCEK</i>	Tomaten-Gurkensalat mit Blatt Petersilie <i>J</i>	Blumenkohlsalat <i>EJK</i>	Salat mit Ingwer-Honigdressing <i>HJK</i>	Blattsalate mit Joghurt-Kräuter dressing <i>BCJK</i>
<b>Obst/Dessert</b> 0,50 €	Nougatpudding mit Blaubeersauce <i>BCI</i>	Pfirsichquarkspeise <i>BC</i>	Obst -	Hausgemachte Smoothies <i>BC</i>	Hausgebackener Kuchen <i>ABCEI</i>

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

Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte mammias 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