



Speiseplan



14.04. – 18.04.2025	Montag	Dienstag	Mittwoch	„Dönerstag“	Karfreitag
Essen I	Spaghetti mit Linsenbolognese, dazu Oliven (8), Hirtenkäse und gebratene Zucchini (ohne Hirtenkäse vegan) <i>A' B C J</i>	Putenschnitzel „Wiener Art“ mit Zitrone, dazu Steckrüben-Möhrenstampf, Zwiebeln und Würfelpotato <i>A' B C J</i>	Frühlings-Gemüsepfanne mit Mais, Champignons, Zuckererbsen und frischem Spargel, dazu Frühlingsquark und Reis oder Pellkartoffeln <i>B C J</i>	„Mamas Döner“ im Fladenbrot mit Hähnchengyros oder Gemüse-Sojagyros, dazu Hirtenkäse, verschiedene Saucen ^(2,6,11) und Salat <i>A' B C E H J K</i>	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!
Essen II	Penne mit Frischkäsesauce, hausgemachtem Möhrenpesto, Blatt-petersilie und Gemüse <i>A' B C J</i>	Vegetarisches „Schnitzel vom Feld“ mit Zitrone, dazu Gemüseauswahl und Salzkartoffeln <i>A' B C J</i>	Italienische Gerstonipfanne (Gerste) mit Grillgemüse und Tomaten, dazu Mozzarella, rotes Pesto und geröstete Mandeln <i>A³ B C E J</i>	Mexikanischer Bohneneintopf, dazu Sambal Oelek, Koriander, Reis und frisches Fladenbrot <i>A' B C J</i>	Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ Frohe Ostern und bunte Feiertage ;-))
Salat	Gemischter Salat mit Italian Dressing <i>K</i>	Selleriesalat mit Mandarine und Walnuss <i>B C E J</i>	Gemüsesticks mit Kräuterquark <i>B C E J</i>	Bulgursalat mit Joghurtsauce <i>A' B C J</i>	Am Dienstag sind wir wieder für Euch da!
Obst/Dessert	Himbeer-Joghurt <i>B C</i>	Obst	Schokopudding mit Vanillasauce <i>B C</i>	Hausgemachte Smoothies <i>B C</i>	Eure mamas canteen

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, TK-Erbesen, frische Möhren für Euch immer in BIO Qualität, biozertifiziert durch DE-ÖKO-039 (GfRS) Zusätzlich zum Speisenangebot bieten wir wenn möglich ein Pastabuffet mit leckerer Pasta, verschiedenen Saucen, Pesto, Gemüse und Käse an.

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen

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 ;-)

Menschen mit Allergien bitte VOR dem Essen am Tresen melden

Laktosefreie Milch und glutenfreie Pasta sind noch nicht Bio.



© Jörg Wieckenberg 2025