



Speiseplan

18.03. - 22.03.2019



Montag	<p>„Spaghetti Napoli“ Nudeln mit fruchtiger Tomatensauce, dazu Gemüse, Basilikumpesto und Käse A B C I J Alternativ: Ravioli mit hausgemachtem Möhrenpesto, orientalischem Gemüse und Blattpetersilie A B C I J</p>	<p>Salat / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K</p>
Dienstag	<p>MSC-Kabeljau in Cornflakespanade mit Zitrone, dazu eine Gemüseauswahl und Kartoffelpüree A B C E F J Vegetarisch: Hausgemachte Gemüsebratlinge in Cornflakespanade mit Dip, dazu eine Gemüseauswahl und Salzkartoffeln A B C F I J</p>	<p>Knabbergemüse / Milchreis mit Kirschen und Zimt-Zucker B C</p>
Mittwoch	<p>„mamas Chicken Wings“, dazu leckere Dips, Gemüse und Pommes Frites A B C E J Vegetarisch: Gegrilltes Gemüse mit kleinen Maiskolben, dazu Kräuterquark und Kartoffelspalten A B C E J</p>	<p>Salat / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K</p>
Donnerstag	<p>Kartoffelpuffer mit Apfelkompott, Preiselbeeren und Zucker A B C E</p>	<p>Salat / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K</p>
Freitag	<p>Omas Hühnerfrikassee mit Spargel und frischen Champignons, dazu Reis und Erbsen A B C J Vegan: Mildes Thaicurry mit viel Gemüse und Kokosmilch, dazu gebratener Tofu und frischer Koriander H J</p>	<p>Salat / Knabbergemüse / Obst-Crumble mit Vanillesauce A B C E I</p>

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