



# Speiseplan



22.04. – 26.04.2024	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen I</b>	Gratinierte Cannelloni mit Ricotta und Spinat gefüllt, dazu fruchtige Tomatensauce, Gemüse und Käse <i>A<sub>1</sub> B C J</i>	Bratwurst (Schwein oder Veggie) mit Zwiebeljus, Sauerkraut oder Karottengemüse, dazu <b>Aligot</b> (hausgemachtes Käse-Kartoffelpüree) <i>B C E H J</i>	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!	MSC-Seelachs „Bordelaise“ oder Gemüse unter der Kräuterkruste mit Tomaten-Basilikumsauce, dazu Gemüse und Reis <i>A<sub>1</sub> B C E F</i>
<b>Essen II</b>	Pasta mit hausgemachtem Rucolapesto, dazu gebratener Spargel, Kirschtomaten, Ofengemüse und Käse <i>A<sub>1</sub> B C I J</i>	Frische Spargelcremesuppe mit Petersilienpesto und Spargelstücken, dazu Reis und Vollkornbaguette <i>A<sub>1</sub> B C I I</i>	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen!	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen
<b>Salat</b>	Gemischter Salat <i>B C E J K</i>	Omas Gurkensalat <i>B C</i>			Kopfsalat in Zitronen-Sahne <i>B C</i>
<b>Obst/Dessert</b>	Dessert / Obst <i>B C</i>	Hausgemachte Shakes und Smoothies <i>B C</i>			Götterspeise mit Vanillasauce <i>B C</i>

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, Erbsen, frische Möhren für Euch immer in BIO Qualität, biozertifiziert durch DE-ÖKO-039 (GfRS)

**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 2024