



Speiseplan



25.09. – 29.09.2017	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I 3,50 €	Kaiserschmarrn mit Mandeln, Zwetschgenröster, Apfelkompott und Zimt-Zucker <i>ABCEI</i>	„Lasagne al Forno“ mit Sauce Bolognese (Rind) und Käse überbacken, dazu Tomatensauce <i>ABCJ</i>	Geflügel-Köttbullar mit Rahmsauce, Preiselbeeren, Gemüseauswahl und Kartoffelrösti <i>ABCJ</i>	Orientalische Cous Cous Pfanne mit Gemüse, Joghurtsauce und frischer Minze <i>ABCEJ</i>	Gebratenes MSC-Fischfilet mit Schmorgurken in Dill-Schmand oder Möhrengemüse dazu Kartoffelpüree <i>BCEFI</i>
Essen II 3,50 €	Schwäbische Schupfnudelpfanne mit frischem Gemüse, dazu Sauerrahm-Kräuterdip <i>ABCJ</i>	Farfalle mit Gorgonzolasauce, Kürbiskernen und gebratenen Champignons <i>ABCIJ</i>	Kartoffel-Frischkäsetaschen mit Schnittlauchdip und Gemüseauswahl <i>ABCJ</i>	Herbstliche Kürbis-Apfelsuppe mit einem Hauch Curry, dazu frisches Baguette <i>BCJ</i>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen -
Salat 1,00 €	Gemischter Salat <i>JK</i>	Bauernsalat mit Feta und Oliven <i>BCJ</i>	Salat mit American Dressing <i>BC</i>	Rucolasalat mit Himbeerdressing und Croutons <i>BCJ</i>	Rahmgurkensalat <i>BC</i>
Obst/Dessert 0,50 €	Bananen-Schokoquark <i>BC</i>	Vanillepudding mit Erdbeersauce <i>BC</i>	Obst -	Mango-Kokos Ananas Smoothie -	Cookies <i>ABCE</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 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 2017