



Speiseplan

09.06. – 13.06.2025



Pfingstmontag	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen! Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ Frohe Pfingsten und bunte Feiertage ;-))	Am Dienstag sind wir wieder für Euch da!
Dienstag	Chicken Crossies oder Gemüse Crossies, dazu leckere Dips (2,6,11), Gemüse und Pommes Tricolore (Karotte, Pastinake und Rote Bete) A' B C E I' J K Alternativ: Spargelcremesuppe mit Croutons und Petersilienpesto, dazu frisches Baguette A' J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E I' J K
Mittwoch	Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse, Pesto und leckeren Saucen) A' B C E I' J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E I' J
Donnerstag	Mini-Frühlingsrollen mit Gemüsefüllung, dazu Sweet Chili Sauce, Wokgemüse, Sojasprossen, Koriander und Reis A' B C H J L Alternativ: „ Gerstoni-Risotto “ Risotto mit Gerste, dazu frischer weißer und grüner Spargel, Erbsen Rucola und Parmesan A' B C J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Kirsch-Bananen Shake A' B C E I' J K
Freitag	„MSC-Fischfilet Bordelaise“ mit Dillsauce oder Hummersauce, Blumenkohlsterne oder Karotten-Sesamsticks, dazu Erbsen und Möhren, Salzkartoffeln A' B C F	Salat, Dressing (2,6,11) / Schottisches Cranachan mit Himbeeren mit Sahne und Haferflocken B C K

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 (GRS)

Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden!
Laktosefreie Milch und glutenfreie Pasta sind leider noch nicht Bio.

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 ;-)

© Jörg Wieckenberg 2025