



Speiseplan 21.04. – 25.04.2025



Ostermontag	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen! Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ Frohe Ostern und bunte Feiertage ;-))	Am Dienstag sind wir wieder für Euch da!
Dienstag	Milchreis mit Milch oder mal vegan mit Kokosmilch gekocht-LECKER! dazu Kirschen, Apfelmus ⁽⁶⁾ und Mangosauce BC Für alle diejenigen, die nicht so gern Milchreis mögen wie wir gibt es heute die eine oder andere leckere Alternative A' B C E I J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / nachträgliche kleine Oster-Überraschung A B C E I J K
Mittwoch	„Spaghetti Bolognese“ mit Rinderhackfleisch, Gemüsewürfeln und Tomate, dazu Gemüse und Käse A' B C J Vegetarisch: Pasta Mista Verschiedene Nudeln mit leckeren Saucen, dazu Gemüse und Reibekäse A' B C I' J K	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Bananenquark mit Hafercrunch A B C E I J K
Donnerstag	Königsberger Klopse vom Rind, dazu Kapernsauce, alternativ Tomatensauce und Reis oder Salzkartoffeln A' B C E J K Vegetarisch: Falafel (Kichererbsenbällchen) mit Gurken-Joghurtsauce, Paprikagemüse und Kräuterreis (ohne Joghurtsauce vegan) A' B C E J K L	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obstkorb A B C E I J K
Freitag	„Bami Goreng“ Indonesische Bratnudeln mit viel knackigem Gemüse, Ei, dazu Mini-Frühlingsrollen, Tofu, Sojasprossen, Limette und Chilisauce A' E H J L	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Auswahl an hausgebackenem Kuchen, auch Vollkorn A B C E I J 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 (GfRS)

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