



# Speiseplan

## 09.06. – 13.06.2025



<b>Pfingstmontag</b>	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!
<b>Dienstag</b>	Chicken Crossies oder Gemüse Crossies, dazu leckere Dips (2,6,11), Gemüse und Pommes Tricolore (Karotte, Pastinake und Rote Bete) <span style="float: right;">A' B C E I' J K</span> Alternativ: Spargelcremesuppe mit Croutons und Petersilienpesto, dazu frisches Baguette <span style="float: right;">A' J</span>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <span style="float: right;">A' B C E I' J K</span>
<b>Mittwoch</b>	<b>Pastabar</b> (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse, Pesto und leckeren Saucen) <span style="float: right;">A' B C E I' J</span>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <span style="float: right;">A' B C E I' J</span>
<b>Donnerstag</b>	Mini-Frühlingsrollen mit Gemüsefüllung, dazu Sweet Chili Sauce, Wokgemüse, Sojasprossen, Koriander und Reis <span style="float: right;">A' B C H J L</span> Alternativ: <b>„Gerstoni-Risotto“</b> Risotto mit Gerste, dazu frischer weißer und grüner Spargel, Erbsen Rucola und Parmesan <span style="float: right;">A' B C J</span>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Kirsch-Bananen Shake <span style="float: right;">A' B C E I' J K</span>
<b>Freitag</b>	„MSC-Fischfilet Bordelaise“ mit Dillsauce oder Hummersauce, Blumenkohlsterne oder Karotten-Sesamsticks, dazu Erbsen und Möhren, Salzkartoffeln <span style="float: right;">A' B C F</span>	Salat, Dressing (2,6,11) / <b>Schottisches Cranachan</b> mit Himbeeren mit Sahne und Haferflocken <span style="float: right;">B C K</span>

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