



Speiseplan „Aus aller Welt“



19.05. – 23.05.2025	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I	„Bella Italia“ (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Pesto, Gemüse und leckeren Saucen) <i>A' B C E I J</i>	„Lahmacun“ Türkische Pizza zum selber rollen mit Rinderhackfleisch oder vegetarisch, dazu viel Salat leckere Saucen ^(2,6,11) <i>A' B C E J K</i>	„Zürcher Geschnetzeltes“ von der Pute in Rahmsauce mit Champignons, Mandel-Brokkoli, dazu Spätzle oder Reis <i>A' B C J</i>	USA „Burger Day“ Rind, Veggie oder vegan zum selber bauen mit vielen Beilagen, Salat und Kartoffelspalten <i>A' B C E J K L</i>	Deutschland MSC-Fischfilet „Müllerin Art“ oder Gemüsebratlinge, dazu Dips (2,6,11), Zitrone, Blattspinat und Salzkartoffeln oder Kartoffel-Gurkensalat <i>A' B C E F J K</i>
Essen II	„Griechisches Moussaka“ (Veggie) mit roten Linsen, gebratenen Auberginen, Kartoffelscheiben und Käse überbacken, Tomatensauce <i>B C E J</i>	„Garbanzos“ Kanarischer Kichererbseneintopf mit Paprika, Kartoffeln und Tomate, frisches Baguette (vegan) <i>A' J</i>	„Allgäuer Käsespätzle“ Gratinierte Spätzle mit Rahmsauce und Emmentaler überbacken, Röstzwiebeln und Gemüseauswahl <i>A' B C J</i>	Mexikanische Fajitas zum selber befüllen“ mit Bohnenmus, Paprika-Chilidip. Reis, Koriander, Mais, Limettenschmand, Ofengemüse und Käse <i>A' B C E J K</i>	„Grab a Snack“ Verschiedene Snacks als Überraschungessen
Salat	Rote Bete Salat <i>B C E I' K</i>	Bulgursalat mit Joghurtsauce <i>A' B C E J</i>	Selleriesalat mit Mandarine und Walnuss <i>B C E I' J</i>	Gemüsesticks mit Kräuterquark <i>B C E J</i>	Endiviensalat mit Sylter Dressing ^(2,6,11) <i>B C J K</i>
Obst/Dessert	Himbeer-Joghurt <i>B C</i>	Limetten-Buttermilch Shake <i>A' B C E I' K</i>	Obst	Österreich Topfencreme mit Fruchtmarmelade <i>A' B C</i>	Türkischer Grießkuchen <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)

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 2025

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen

Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte mammas canteen-Küchenteam wünschen allen Schülerinnen und Schülern, sowie Kolleginnen und Kollegen einen guten Appetit und ein erfolgreiches Schuljahr!

