



# Speiseplan FSP 2



20.11.– 24.11.2017	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen I</b> 3,50 €	Pfannkuchen mit Apfelkompott, warmer Vanillesauce und Zimt / Zucker oder „salzig“ mit Parmesan und gebratenem Biogemüse <i>ABCEJ</i>	<b>Pastabar</b> ( Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten und leckeren Saucen ) <i>ABCEFIJ</i>	Glacierter Putenbraten mit Malzbiersauce, dazu Apfelrotkohl und Kartoffelkroketten <i>ABCJ</i>	“Mamas Döner“ im Fladenbrot mit Hähnchenfleisch, verschiedenen Saucen und viel Salat <i>ABCEJKL</i>	MSC-Seelachs unter der Kräuterkruste mit Tomaten-Basilikumsauce, Ratatouille und Reis <i>ABCEJF</i>
<b>Essen II</b> 3,50 €	Kartoffelgnocchi mit Salbeibutter, dazu glasiertes Bio-Kürbis-Karottengemüse und geröstete Kerne <i>ABCEJ</i>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungssnack -	Gratinierte Süßkartoffeln mit Haselnüssen und Semmelbröseln, dazu Schnittlauchschmand, Apfelrotkohl und Kartoffelkroketten <i>ABCI</i>	<b>Salatbar</b> Knackige Salate und Dressings zum Selber zusammenstellen dazu Vollkornbaguette <i>ABCEIJ</i>	Bio-Karotten-Ingwersuppe mit Kokosmilch und roter Currypaste, dazu Koriander und Reis (vegan) <i>ABCEJ</i>
<b>Salat</b> 1,00 €	Bio-Apfel-Möhren Rohkostsalat -	Gemischter Salat mit French Dressing <i>BCEK</i>	Blumenkohlsalat <i>EJK</i>	Tomaten-Gurkensalat mit Blatt Petersilie <i>J</i>	Blattsalate mit Joghurt-Kräuter dressing <i>JK</i>
<b>Obst/Dessert</b> 0,50 €	Obst -	Pfirsichquark mit Schokostreuseln <i>BC</i>	Eis <i>BC</i>	Erdbeer-Joghurt <i>BC</i>	Hausgebackener Kuchen <i>ABCEI</i>

Salat oder Obst/Dessert extra +0,50 bzw. 1,00 € €

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