



Speiseplan

29.09. – 03.10.2025



Montag	Kaiserschmarrn (ohne Rosinen) mit Mandeln, Zwetschgenröster, Apfelkompott ⁽⁶⁾ und frischem Obst <i>A' B C E I'</i> Für diejenigen, die nicht so gern Kaiserschmarrn essen wie wir gibt es eine fruchtige Kürbis-Apfelsuppe mit einem Hauch Curry, dazu frisches Baguette (vegan) <i>A' B C J</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>A B C E I J K</i>
Dienstag	„Lasagne al Forno“ mit Sauce Bolognese (Rind) und Käsesauce überbacken, dazu Tomatensauce <i>A' B C J</i> Vegetarisch: „Lasagne al Forno“ mit Spinat und Hirtenkäse überbacken, dazu Tomatensauce <i>A' B C J</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Bananenquark mit Schokostreuseln <i>A B C E I J K</i>
Mittwoch	Chicken Nuggets mit leckeren Dips Sesam-Möhren und hausgemachten Kartoffelspalten <i>A' B C E J K L</i> Vegetarisch: Gemüse Nuggets, dazu Maiskolben in Butter, Gemüse, Salzkartoffeln und Sour Cream <i>A' B C E J K L</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>A B C E I J K</i>
Donnerstag	Tomatensuppe (vegan), dazu Creme-Fraiche, Basilikumpesto, Croutons, Reis und frische Baguette Variationen <i>A' B C J</i> Alternativ: Süßkartoffelcurry mit roten Linsen und Gemüse, dazu Koriander und Basmatireis <i>H J L</i>	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Frischer Obst-Crumble mit Vanillasauce <i>A B C E I J K</i>
Tag der Deutschen Einheit	Heute bleibt die mammas canteen geschlossen Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ einen schönen Feiertag ☺	Montag sind wir wieder für Euch da

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

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, Erbsen, frische Möhren sind für Euch immer in BIO Qualität, biozertifiziert durch DE-ÖKO-039 (GfRS)



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!

© Jörg Wieckenberg 2025
Änderungen behalten wir uns vor ;-)