



Speiseplan

„Bella Italia“

30.06. – 04.07.2025



Montag	„Pasta a Basta“ (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse, Pesto und leckeren Saucen) A' B C E I' J Alternativ: „Risotto“ Gerstori Risotto mit Spinat und Tomaten, dazu Parmesan und Grillgemüse A B C J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E I' J K
Dienstag	„Involtini di Pollo“ Gefüllte Hähnchenroulade oder „Cotoletta di Verdure“ Gemüseschnitzel mit Mozzarella und Tomaten, dazu Brokkoli oder Linsengemüse und Reis A' B C J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E I' J K
Mittwoch	„Salmone“ Gebackene Lachsfiletstücke mit Zitrone und frischen Kräutern oder vegetarisches Käsesoufflé mit Gemüse und Tomatensauce, Rosmarinkartoffeln oder cremige Polenta A' B C E F J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst Dessert A' B C E I' J K
Donnerstag	„Ragù di Tacchino“ Putenragout mit Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch, dazu Gemüse und Kartoffelrösti A' B C E J Minestrone Vegetarische Gemüsesuppe mit Tomate und Nudeln, dazu Ciabatta A' B C I J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E I' J K
Freitag	„Pizza Mi Amore“ Verschiedene Pizzen Salami, Prosciutto, Margherita, Spinaci, Verdura, uvm. zum selber zusammenstellen A' B C E J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst / Dessert 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