

# Speisekarte

Mathilde Anneke Gesamtschule, Münster

KW 46	Montag 12.11.18	Dienstag 13.11.18	Mittwoch 14.11.18	Donnerstag 15.11.18	Freitag 16.11.18
Menü 1	Knusper Hähnchenbrust mit Reis & Gemüse, dazu eine Soße  A1,A3,G 	Seelachsfilet in Reispop- Panade mit Kartoffelpüree und Senfsoße <sup>1</sup>  A1,C,D,G,L,M 	Lasagne-Bolognese mit Rindfleischsauce dazu Gemügesticks  A1,G 	<b>&gt;&gt; VEGGIE DAY &lt;&lt;</b>  Pfannkuchen mit Apfelmus <sup>3</sup>  A1,C,G	Hähnchenkebab <sup>3</sup> im türkischen Fladenbrot, dazu Zaziki, frische Tomate und Gurke zum selber belegen  A1,A3,L,N
Menü 2 Vegi & Mehr	Karotten-Hirse- Medaillon <sup>4</sup> dazu Langkornreis und Soße  A1,C,F,G,L	Grüner Erbseneintopf dazu ein Vollkornbrötchen  A1,L	Gemüse-Lasagne Nudelteigplatten mit Karotten, Erbsen, Mais und Béchamelsoße dazu Gemügesticks  A1,G,L	Moussaka vegetarisch griechischer Kartoffelauflauf mit Paprika, Auberginen, Zucchini und Hartkäse  A1,C,F,G,L	Vegetarisches Geschnetzeltes im türkischen Fladenbrot, dazu Zaziki, frische Tomate und Gurke zum selber belegen  A1,A3,C,N
Dessert	Joghurt  G	Pudding  G	Obst	Eis <sup>1</sup>  G	Joghurt  G

>> Täglich einen frischen Salat aus der Salatbar <<